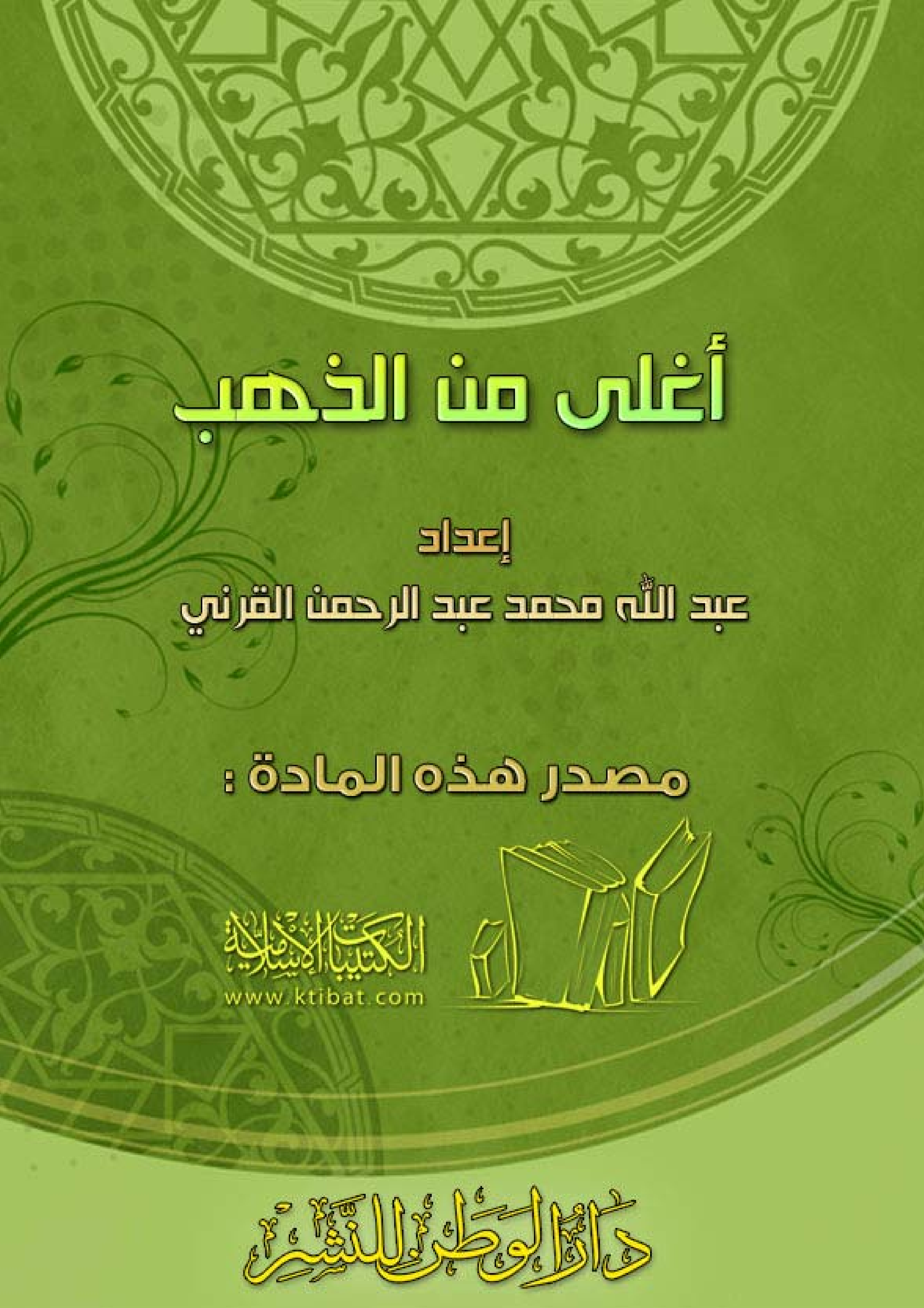

أغلى من الذهب
إعداد
عبد الله محمد عبد الرحمن القرني
مصدر هذه المادة :
الكتيبات الإسلامية
www.ktibat.com
دار الوطن للنشر

بسم الله الرحمن الرحيم

المقدمة

إن الحمد لله والصلاة والسلام على محمـــد أشـــرف الأنبيـــاء والمرسلين....**أما بعد:**

فإنا نعيش في زمن محدد.. ليل ونهار يتعاقبان بانتظـــام، لـــيس يطغى أحدهما على الآخر.. وحياة مقسمة تقسيمًا محـــدودًا صـــبًا فشبابًا فكهولة فشيخوخة.. ولكل قسم عمل خـــاص لا يليـــق أن يعمل في غيره كالزرع إذا فات أوانه لا يصح أن يزرع في غـــيره.. وحياة محدودة فإذا جاء الأجل فلا مفر من الموت، ومن فـــات لا يعود؛ فالصبا إذا فات فات أبدًا، والشباب إذا مر أبـــدًا والـــزمن المفقود لا يعود أبدًا.

وإذا كان الزمن محدودًا، ولا يمكن أن يمـــد فيـــه أو يقصـــر، وكانت قيمه في حسن إنفاقه، وجب أن نحافظ عليـــه ونســـتعمله أحسن استعمال. وليس للانتفاع بالزمن والمحافظة عليه إلا طريـــق واحد ذلك أن يكون لك غرض في الحياة ترضى عنه الأخلاق فتنفق زمنك في الوصول إليه.

ونظرًا لأن الوقت أغلى من الذهب، بل إن الوقت هو الحيـــاة فالكتابة عن هذا الموضوع تراودني منذ فترة ليست بالقصيرة، وممـــا زاد من حماسي لهذا الموضوع ما كلفت به أثناء دراســـتي لـــدبلوم التوجيه والإرشاد بجامعة أم القرى من الدكتور/ محمد علـــي أبـــو رزيزة أستاذ مادة قضايا ومشكلات معاصرة بالبحث في موضـــوع

"**قيمة الوقت وحسن إدارته**" وبعد إطلاعي على الكثير من المراجع التي تحدثت عن الوقت كتبت هذا البحث المتواضع، ووجدت أنـــه من الواجب علي أن أضع هذا الجهد بين يدي القـــارئ الكـــريم ليكون معينًا لنا على حسن إدارة وتنظيم، أوقاتنا بالصـــورة الـــتي تجعلنا نقدر هذا الوقت ونستفيد منه في دنيانا وآخرتنا.

هذا وقد قسمت هذا الموضوع إلى ثلاثة فصول:

الفصل الأول: مفاهيم عامة عـــن الوقـــت وإدارة وقيمتـــه وخصائصه.

الفصل الثاني: تنظيم وتخطيط واستغلال الوقت وعوائق ذلك.

الفصل الثالث: توصيات وتوجيهات وقواعد عامة في الانتفاع بالوقت ودور الأسرة والمدرسة والتليفزيون في اســتغلال الوقـــت والانتفاع به.

هذا وقد بذلت غاية جهدي في جمع وترتيب مباحـــث هـــذا الموضوع.

واسأل الله العلي القدير أن يجعل هذا العمل خالصًـــا لوجهـــه الكريم، وأن يجعلنا هداة مهتدين، وآخر دعوانا أن الحمــد لله رب العالمين، وصلى الله على رسولنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

الفصل الأول

مفهوم الوقت

مفهوم إدارة الوقت.

أنواع الوقت

قيمة الوقت

قيمة الوقت في القرآن والسنة

ارتباط قيمة الزمن بالغاية من الخلق

خصائص الوقت

الفصل الأول

مفهوم الوقت:

يعرف ابن منظور الوقت لغة فيقول: (هو مقدار من الزمن)[١].

وقد يكون من الصعوبة بمكان تحديد مفهوم معـــين للوقـــت، وبشكل عام يتمثل مفهوم الوقت بوجود العلاقة المنطقية لارتبـــاط نشاط أو حدث معين بنشاط أو حدث آخر.

ويعبر عنه بصيغة الماضي أو الحاضر أو المستقبل، لذلك يعتـــبر الوقت وحدة قياس لدوران الأرض حول محورها وحول الشمس، وقد تم التعارف على تحديد وحدة قياس الوقت بالساعة أو أجزائها، بحيث يمثل اليوم الواحد (٢٤ ساعة) والشهر الواحد حـــوالي (٣٠ يومًا) والسنة الواحدة (١٢شهرًا) وبهذا يمضي الوقت بانتظام نحـــو الإمام دون أي تأخير أو تقديم، ولا يمكن بأي حال من الأحـــوال وقفه أو تراكمه أو إلغاؤه أو تبديله أو إحلاله. ويمثل الوقت أحـــد الموارد الهامة والنادرة والثمينة لأي إنسان في هذا العالم الكبير.

وقد ارتبط مفهوم ندرة الوقت بالقاعدة الاقتصادية المعروفـــة بندرة الموارد المتاحة في المجتمع، ويجب كما يصر الاقتصـــاديون أن تستغل هذه الموارد بشكل فعال لتحقيق الأهداف التي يسعى إليهـــا المجتمع بشكل عام، والوقت كأحد هذه الموارد المتاحة لأي شخص دون استثناء وبشكل متساو، يفترض أن يستغل بطريقة فعالة مـــن

(١) لسان العرب، لابن منظور (١٠٧).

خلال استغلال كافة الإمكانيات والمواهب والقدرات الشخصـــية المتاحة للوصول إلى الأهداف الشخصية والعملية المنشودة [١] .

مفهوم إدارة الوقت:

يبدو واضحًا وجود علاقة وثيقة وترابط قوي بـــين مفهـــوم الوقت وبين مفهوم إدارة الوقت، من خلال تركيـــز الإدارة علـــى استغلال الموارد الاقتصادية أو البشرية بشكل عام، كـــذلك مـــن خلال كون الوقت موردًا نادرًا لا يمكن إحلالـــه أو تراكمـــه أو إيقافه، وبالتالي يفترض أن يستغل بشكل فعال لتحقيق الأهـــداف المحددة في الفترة الزمنية المعينة لذلك .

لذلك يعتبر مفهوم إدارة الوقت من المفاهيم المتكاملة والشاملة لأي زمان أو مكان أو إنسان، فإدارة الوقت لا تقتصر على إداري دون غيره، ولا يقتصر تطبيقها على مكان دون آخر أو على زمان دون غيره، وقد ارتبط مفهوم إدارة الوقت بشكل كـــبير بالعمـــل الإداري حتى أصبح ينظر إلى تطبيق هذا المفهوم بمنظـــار ضـــيق، والحقيقة أن مفهوم إدارة الوقت يشمل إدارة الوقت الخاص إضافة إلى إدارة وقت العمل أي الوقت المتبقي من ساعات اليوم بعد انتهاء فترة العمل المحددة.

وبعد حديثنا عن مفهوم إدارة الوقت ســـنتناول بإيجـــاز إدارة الوقت الخاص وتحليله والعوامل المؤثرة على توزيعه واستغلاله.

---

(١) سهيل فهد سلامة: إدارة الوقت منهج متطور للنجاح (١٦، ١٧).

(أ) إدارة الوقت الخاص:

ويقصد بذلك الفترة الزمنية المتاحة للشخص (الإداري) بعد انتهاء فترة العمل اليومي الرسمي، والتي يستطيع خلالها أن يقوم بنشاطات متنوعة كما يشاء؛ لأن أية ضوابط أو تعليمات رقابية إدارية أو تنظيمية قد تفرض نمطًا سلوكيًا معينًا. ويفترض أن يأخذ الشخص بعين الاعتبار الضوابط والقيم، والعادات الاجتماعية والإنسانية التي توجه السلوكيات الشخصية ضمن الإطار العام المقبول أو المسموح به في المجتمع الذي يعيش فيه. وفي الغالب الأعم تتراوح الفترة الزمنية المحددة للعمل الرسمي اليومي ما بين (٦-٨) ساعات وعلى مدى (٥-٦) أيام في الأسبوع، وبهذا يكون الوقت الخاص يوميًا ما بين (١٦-١٨) ساعة، علاوة على أيام العطل والإجازات الأسبوعية، وبالتالي يشكل الوقت الخاص تقريبًا ثلثي الساعات المتاحة يوميًا والبالغة (٢٤ ساعة) فقط ومن هنا تبدأ أهمية إدارة الوقت الخاص وأهمية استغلاله استغلالاً أمثل. وبالتالي إن سوء استغلال هذا الوقت سيؤثر سلبيًا على جوانب عديدة في حياة الفرد، ونخص بالذكر جوانب العمل الرسمي وعلى المستوى الشخصي أو الذاتي وعلى المستوى الجماعي وعلى المستوى العام أو مستوى المجتمع.

(ب) تحليل الوقت الخاص:

يمكن توزيع الوقت الخاص على عدد من النشاطات الأساسية كما يلي.

اسم النشاط	عدد الساعات المخصصة يوميًا	النسبة المئوية
الوقت المخصص للعمل الرسمى	٨ ساعات	٣٣%
وقت النوم	٧ساعات	٢٩.٢%
وقت الأكل	٢ساعة	٨.٤%
وقت التنقل	٢ساعة	٨.٤%
التطوير الذاتي والترويح	٢ساعة	٨.٤%
الخدمات المنزلية	١ساعة	٤.٢%
نشاطات غير محددة	٢ساعة	٨.٤%
المجموع	٢٤ ساعة	١٠٠%

(ج) العوامل المؤثرة على توزيع واستغلال الوقت الخاص:

ومن تلك العوامل ما يلي:

١- العوامل الشخصية: مثل الاختلافات الفردية في السن والحالة الاجتماعية والجنس والإمكانيات.

٢- العوامل الاقتصادية: وتشمل الاختلافات الجوهرية في دخول الأفراد والأسر من المال.

٣- العوامل التعليمية والثقافية: وتشمل الاختلافات في المستويات التعليمية والثقافية.

٤- العوامل الاجتماعية: وتشمل الاختلافات الجوهرية في العادات والتقاليد والمعتقدات التي تسود المجتمع.

٥- العوامل الفنية: وتشمل الخصائص الفردية المتعلقة بطبيعة

التخصص الأكاديمي أو الفن.

٦- العوامل البيئية: وتشمل الاختلافات في البيئات العامة التي يعيش فيها الأفراد بعضها من بعض.

أنواع الوقت:

يقسم الوقت بشكل عام إلى أربعة أنواع رئيسية هي [١]:

١- الوقت الإبداعي: يخصص هذا النوع من الوقت لعملية التفكير والتحليل و التخطيط المستقبلي علاوة على تنظيم العمل وتقويم مستوى الإنجاز ويلاحظ أن كثيرًا من النشاطات الإدارية يمارس فيها هذا النوع.

٢- الوقت التحضيري: ويمثل هذا النوع من الوقت الفترة الزمنية التحضيرية التي تسبق البدء في العمل. وقد يستغرق هذا الوقت في جمع المعلومات أو حقائق معينة أو تجهيز معدات أو قاعات أو آلات أو مستلزمات مكتبية هامة قبل البدء في تنفيذ العمل.

٣- الوقت الإنتاجي: ويمثل هذا النوع من الوقت الفترة الزمنية التي تستغرق في تنفيذ العمل الذي تم التخطيط له في الوقت الإبداعي، والتحضير له في الوقت التحضيري.

٤- الوقت غير المباشر أو العام: يخصص للقيام بنشاطات فرعية عامة لها تأثيرها الواضح على مستقبل المنظمة وعلى علاقتها

(١) سهيل فهد سلامة إدارة الوقت (٢١).

بالغير.

قيمة الوقت:

لا يراد من الوقت الزمن المجرد، وإنما يراد به هنا اللحظات التي يعيشها المرء ويمكثها على ظهر الأرض والتي يتألف من مجموعهـــا أجله في هذه الدنيا، وقد يراد ما هو أخص من هذا وهو ما يكون من ذلك مجالا للتكليف والمسئولية، فلا يدخل فيه مـــثلا مرحلـــة الطفولة ولا فترات النوم، ومن هنا كانت قيمة الوقت هـــي قيمـــة الحياة ذاتها لأنه البعد الزمني لها، ولأنه عمر الإنسان:

دقات قلب المرء قائلة لـــه إن الحياة دقائق وثـــوان[1]

قيمة الوقت في القرآن والسنة وأهميته:

إن القرآن الكريم قد اعتنى بالوقت عناية فائقة مما يدل دلالـــة واضحة على قيمة الوقت وأهميته في حياة المسلمين، فقد قـــال الله تعالى وهو أصدق القائلين ﴿وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ اللَيْلَ وَالنَّهَارَ خِلْفَـــةً لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يَذَّكَّرَ أَوْ أَرَادَ شُكُورًا﴾ [الفرقان: ٦٢] .

أي أن الله تعالى جعل الليل والنهار يخلف كل منهما الآخـــر، فما فات المسلم من العمل في أحدهما تدارك في الآخر. كما يقول الله تعالى: ﴿وَجَعَلْنَا اللَيْلَ وَالنَّهَارَ آيَتَيْنِ فَمَحَوْنَا آيَةَ اللَيْلِ وَجَعَلْنَا آيَةَ النَّهَارِ مُبْصِرَةً لِتَبْتَغُوا فَضْلًا مِنْ رَبِّكُمْ وَلِتَعْلَمُوا عَدَدَ السِّـــنِينَ وَالْحِسَابَ وَكُلَّ شَيْءٍ فَصَّلْنَاهُ تَفْصِيلًا﴾ [الإسراء: ١٢] وقال جل

(١) عبد الستار نوير: الوقت هو الحياة (١٣).

ذكره: ﴿وَسَخَّرَ لَكُمُ الشَّمْسَ وَالْقَمَرَ دَائِبَيْنِ وَسَخَّرَ لَكُمُ الليْـــلَ وَالنَّهَارَ * وَآتَاكُمْ مِنْ كُلِّ مَا سَأَلْتُمُوهُ وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَـــةَ اللهِ لَـــا تُحْصُوهَا إِنَّ الْإِنْسَانَ لَظَلُومٌ كَفَّارٌ﴾ [إبراهيم: ٣٣، ٣٤].

ويحذر القرآن الكريم المفرطين في أوقاتهم الذين يفوقم العمـــل فيها وينذرهم بالحسرة والندامة على ذلك التفريط يوم القيامة حيث يقول قائلهم حينئذ: ﴿يَا لَيْتَنِي قَدَّمْتُ لِحَيَـــاتِي﴾ [الفجـــر: ٢٤] وحيث يقولون في حسرة وندامة أيضًا: ﴿رَبَّنَا أَخِّرْنَا إِلَـــى أَجَـــلٍ قَرِيبٍ نُجِبْ دَعْوَتَكَ وَنَتَّبِعِ الرُّسُلَ﴾ [إبراهيم: ٤٤] لا لقد مضى وقت العمل ولن يعود؛ فالدنيا عمل ولا حساب، والآخرة حساب ولا عمل [١].

ولبيان أهمية الوقت أقسم الله تعالى به في مطالع سور عديدة من القرآن الكريم: فيقسم بالفجر: ﴿وَالْفَجْرِ * وَلَيَالٍ عَشْرٍ﴾ [الفجر: ١، ٢] ويقسم بالليل والنهار: ﴿وَاللَّيْلِ إِذَا يَغْشَى * وَالنَّهَـــارِ إِذَا تَجَلَّى﴾ [الليل: ١، ٢] ويقسم بالضحى، ﴿وَالضُّحَى * وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَى﴾ [الضحى: ١، ٢] وقسمه سبحانه وتعالى بأجزاء الزمن تلك كان لافتًا للأنظار نحوها لعظيم دلالتها عليـــه وجليـــل مـــا اشتملت عليه من منافع وآثار [٢] بل إنه سبحانه أقسم بالزمن نفسه وذلك في قوله تعالى: ﴿وَالْعَصْرِ * إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ * إِلَّـــا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَـــوْا بِـــالْحَقِّ وَتَوَاصَـــوْا

---

(١) شعبان جبريل عبد العال: الوقت أغلى كنوز الأرض (٩).
(٢) خلدون الأحدب: سوانح وتأملات في قيمة الوقت (١٨).

بِالصَّبْرِ﴾ [العصر: ١-٣] والعصر هو الدهر، أي الزمن، على قول أكثر المفسرين وهو الراجح كما يقول ابن القيم مضيفًا أن تســـمية الدهر عصرًا أمر معروف في لغة العرب، ويقول ابن القيم في بيـــان الحكمة من القسم بالعصر: أقسم سبحانه بالعصر لمكانـــة العـــبرة والآية فيه، فإن مرور الليل والنهار على تقدير قدرة العزيز العلـــيم تنظيم لمصالح العالم على أكمل ترتيب ونظام. وقال حـــبر الأمـــة وترجمان القرآن عبد الله بن عباس رضي الله عنه: العصر هو الزمن، وقال الإمام فخر الدين الرازي في تفسيره مفاتيح الغيب، في تفسير سورة العصر ما ملخصه ومعناه: (أقسم الله تعالى بالعصر الذي هو الزمن، لما فيه من الأعاجيب أنه يحصل فيه السراء والضراء، والصحة والسقم، والغنى والفقر، ولأن العمر لا يُقَوّم بشيء نفاسة وغلاء[1].

أما ما جاء في السنة النبوية المطهرة في بيان نعمة الزمن وقيمته وتبعة الإنسان أمام خالقه عنه فكان تأكيدًا لمـــا ورد في الكتـــاب الكريم وتفصيلاً له، فعن ابن عباس رضي الله عنهما قـــال: قـــال رسول الله ﷺ: «**نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس: الصـــحة والفراغ**» رواه البخاري في كتاب الرقاق وقد نقل ابـــن حجـــر العسقلاني في الفتح قول ابن بطال في معنى قوله ﷺ: «**كـــثير مـــن الناس**» (أي أن الذي يوفق لذلك قليل) وقال ابن الخازن: (النعمة ما يتنعم به الإنسان ويستلذه، والغبن أن يشتري بأضعاف الثمن أو يبيع بدون ثمن المثل) فمن صح بدنه وتفرغ من الأشغال العائقة و لم

([1]) عبد الفتاح أبو غدة: قيمة الزمن عند العلماء (١٦).

يسع لصلاح آخرته فهو كالمغبون فيهما، و لم يستغلهما في طاعة الله قبل ذهابهما، وجاءت السنة النبوية تؤكد قيمـــة الوقـــت وتقـــرر مسئولية الإنسان عنه أمام الله يوم القيامة حتى أن الأسئلة الأربعـــة الأساسية التي توجه للمكلف يوم الحساب يخص الوقـــت منـــهما سؤالان رئيسيان قال النبي ﷺ: «**لا تزول قدما عبد يوم القيامـــة حتى يسأل: عن عمره فيم أفناه، وعن علمه فيم فعل، وعن ماله من أين اكتسبه وفيم أنفقه، وعن جسمه فيم أبلاه**»[١]

أي أن العبد في ذلك الموقف العصيب يوم القيامة لـــن تـــزول قدماه ولن يبرح ذلك المكان حتى يسأل ويحاسب عن مدة عمـــره وكيف قضاها وعن شبابه خاصة كيف أمضاه؛ وذلك لأن الشباب هو محور القوة والحيوية والنشاط، وعليه الاعتماد في العمل أكثر من غيره من مراحل العمر الأخرى، لذلك يسأل عن عمره عامة وعن شبابه خاصة، وقد روى الحاكم في مستدركه على الصحيحين عن ابن عباس رضي الله عنهما عن رسول الله ﷺ أنه قـــال: «**اغتـــنم خمسًا قبل خمس: شبابك قبل هرمك، وصحتك قبـــل ســـقمك، وغناك قبل فقرك، وفراغك قبل شغلك وحياتك قبل مماتـــك**»[٢] إن الصحة والفراغ والمال هي الباب الذي تلـــج منـــه الشـــهوات المستحكمة، ويتربع في فنائها الهوى الجامع فيأتي على صاحبه، وقد صدق من قال: «**من الفراغ تكون الصبوة**» الهوى والميـــل عـــن طريق الحق.

---

(١) سنن الترمذي حديث رقم (٢٤١٧).

(٢) محمد ناصر الدين الألباني "صحيح الجامع الصغير" (٣٥٥).

وقد كان سلفنا الصالح حريصًا كل الحـــرص علـــى الأيســـر أحدهم يوم أو بعض يوم أو برهة من الوقـــت وإن قصـــرت دون التزود منها بعلم نافع أو عمل صالح أو إسداء خير ونفع إلى أحـــد المسلمين، أو تقديم خدمة أو نصيحة إلى الأمة فقد قال ابن الجوزي: (يا معشر الفقراء، ارفعوا رءوسكم فقد وضح الطريـــق فاســـتبقوا الخيرات ولا تكونوا عيالاً على المســـلمين) وروى الإمـــام أحمـــد والبيهقي وغيرهما عن ابن مسعود رضي الله عنه أنـــه قـــال: «إني لأمقت الرجل فارغًا ليس في شيء من عمل دنيا ولا آخرة»[(١)].

ارتباط قيمة الزمن بالغاية من الخلق [(٢)]:

إن إدراك قيمة الزمن في حياة الإنسان يتوقف ابتـــداء علـــى معرفته بالغاية التي من أجلها خلقه الله سبحانه ومدى تحققه بها، ولا شك أن العاقل يدرك أنه يستحيل أن يكون هذا الكـــون بقوانينـــه المحكمة والمتوازنة وما بث فيه المولى سبحانه من أنواع المخلوقـــات والأحياء قد أوجدت عبثًا أو لهوًا أو ضربًا من الباطل دونما غاية أو مقصد. ويلفت القرآن الكريم الأنظار، نحو ذلك فنقرأ فيه قول الحق سبحانه:

﴿وَمَا خَلَقْنَا السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا لَـــاعِبِينَ * مَـــا خَلَقْنَاهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ وَلَكِنَّ أَكْثَرَهُمْ لَا يَعْلَمُونَ * إِنَّ يَوْمَ الْفَصْـــلِ مِيقَـــاتُهُمْ أَجْمَعِـــينَ﴾ [الـــدخان: ٣٨، ٤٠] وقولـــه تعـــالى:

---

(١) أبو بكر إسماعيل ميقا: معالجة الإسلام لوقت الفراغ (١٩).

(٢) خلدون الأحدب: سوانح وتأملات في قيمة الزمن (٢٥).

﴿أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ * فَتَعَالَى اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ﴾ [المؤمنون: ١١٥، ١١٦] إن إدراك الإنسان لقيمة الزمن ليس إلا إدراكًا لوجوده وإنسانيته ووظيفته.

خصائص الوقت [1]:

للوقت خصائص يتميز بها يجب علينا أن ندركه حق إدراكها، وأن نتعامل معه على ضوئها منها:

١- سرعة انقضاء الوقت: فهو يمر مر السحاب، ويجري جري الريح، سواء كان زمن مسرة وفرح أم كان زمن اكتئاب وترح. وإن كانت أيام السرور تمر أسرع، وأيام الهموم تسير بثقل وبطء، لا في الحقيقة ولكن في شعور صاحبها، يقول أحد الشعراء:

مرت سنين بالوصال وبالهنا ... فكأنها من قصرها أيام
ثم انثنت أيام هجر بعدها ... فكأنها من طولها أعوام
ثم انقضت تلك السنون وأهلها ... فكأنها وكأنهم أحلام

ومهما طال عمر الإنسان في الحياة فهو قصير ما دام الموت هو نهاية كل حي، ورحم الله الشاعر الذي قال:

وإذا كان آخر العمر موتًا ... فسواء قصيره والطويل

وعند الموت تنكمش الأعوام والعقود التي عاشها الإنسان حتى لكأنها لحظات مرت كالبرق الخاطف، يحكون عن شيخ المرسلين

(١) يوسف القرضاوي: الوقت في حياة المسلم (٨).

نوح عليه السلام: أنه جاءه ملك الموت ليتوفاه بعد أكثر من ألـــف سنة عاشها قبل الطوفان وبعده فسأله: يا أطول الأنبياء عمرًا، كيف وجدت الدنيا؟ فقال كدار لها بابان دخلت من أحدهما وخرجـــت من الآخر، وسواء كانت هذه القصة صحيحة أم لا فإنها تعبر عـــن حقيقة مقررة هي تضاؤل الأعمال عند الموت، ومثل ذلك عند قيام الساعة حيث يتراءى للإنسان قصر ما فات وضآلته حتى يقول الله تعالى: ﴿كَأَنَّهُمْ يَوْمَ يَرَوْنَهَا لَمْ يَلْبَثُوا إِلَّـــا عَشِـــيَّةً أَوْ ضُـــحَاهَا﴾ [النازعات: ٤٦] وفي آية أخرى: ﴿وَيَوْمَ يَحْشُرُهُمْ كَأَنْ لَمْ يَلْبَثُوا إِلَّا سَاعَةً مِنَ النَّهَارِ يَتَعَارَفُونَ بَيْنَهُمْ قَدْ خَسِرَ الَّذِينَ كَذَّبُوا بِلِقَـــاءِ اللهِ وَمَا كَانُوا مُهْتَدِينَ﴾ [يونس: ٤٥].

٢- أن ما مضى منه لا يعود ولا يعوض: وهـــذه خصيصـــة أخرى، من خصائص الوقت، فكل يوم يمضي، وكل ساعة تنقضي، وكل لحظة تمر ليس في الإمكـــان اســـتعادتها وبالتـــالي لا يمكـــن تعويضها. وهذا ما عبر عنه الحسن البصري بقوله البليغ: «ما مـــن يوم ينشق فجره إلا وينادي: يا ابن آدم، أنا خلق جديـــد وعلـــى عملك شهيد؛ فتزود مني فإني إذا مضيت لا أعود إلى يوم القيامة» وليس هذا حديثًا مرفوعًا كما حسب بعض الناس بل هو من كلام الحسن البصري الذي قال فيه الإمام علي زين العابدين: هذا الذي يشبه كلامه كلام الأنبياء، ولهذا رأينا الشعراء والأدباء بعد بلـــوغ المشيب يتمنون عودة أيام الشباب مرة أخرى، ولكنه محض تمـــنّ لا يفيد في كثير ولا قليل، يقول قائلهم.

ألا ليت الشباب يعود يومًا فأخبره بما فعـــل المشـــيب

ويصور شاعرًا آخر كيف يمضي العمر وتذهب أيامه ولياليه بلا رجعة ولا أمل في رجعة فيقول:

وما المرء إلا راكب ظهر عمره   على سفر يفنيه باليوم والشـــهر
يبيت ويضحي كل يوم وليـــل   بعيدًا عن الدنيا قريبًا إلى القـــبر

٣- أنه أثمن ما يملك الإنسان: ولما كـــان الوقـــت ســـريع الانقضاء، وكان ما مضى منه لا يرجع ولا يعوض بشيء؛ كـــان الوقت أنفس وأثمن ما يملك الإنسان، وترجع نفاسة الوقت إلى أنه وعاء لكل عمل وكل إنتاج؛ فهو في الواقع رأس المـــال الحقيقـــي للإنسان فردًا أو مجتمعًا. إن الوقت ليس من ذهاب فقط كما يقول المثل الشائع بل أغلى في حقيقة الأمر من الذهب واللؤلؤ والمـــاس ومن كل جوهر نفيس وحجر كريم، إنه كما قال الشهيد حســـن البنا هو الحياة، فما حياة الإنسان إلا الوقت الذي يقضيه من ساعة الميلاد إلى ساعة الوفاة، وفي هذا قال الحسن البصري أيضًا: «يا ابن آدم، إنما أنت أيام مجموعة كلما ذهب يوم ذهب بعضك».

٤- جودة الصلاحية[١]: من خواص الوقت جودة الصلاحية والنظام، فقد أعده الله وهيأه ونظمه وزوده بمؤثرات طبيعية تبعـــث على النشاط والحركة، وتدفع الملل والسأم، أعده على هذا النحـــو ليحقق مصلحة الإنسان، ويعينه على ضبط حياته وحسن الانتفاع بها، ولقد قسمه الله إلى وحدات زمنية، قسمه إلى أيام كـــل منـــها محدد بدورة فلكية منتظمة وقسم اليوم الواحد إلى ليل ونهار، فالليل

---

(١) عبد الستار نوبر: الوقت هو الحياة (٢٦).

للراحة والسكن، والنهار للسعي والعمل: ﴿وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًــا * وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا﴾ [النبأ: ١٠، ١١] ثم قسم كلا مـــن الليـــل والنهار إلى فترات متميزة، ثم كل فترة إلى ساعات وأناء يحددها في النهار أوضاع الشمس في رأي العين، وفي الليل أوضاع القمـــر أو النجوم.

ومما هو جدير بالذكر أن الله قد شرع لكل فترة مما ذكر صلاة ليميزها وينبه على علو شأنها ووجوب استغلالها ولكـــون الصـــلاة منطلق النشاط فيها ومصدر بواعثه ودوافعه قال تعالى: ﴿فَسُبْحَانَ اللهِ حِينَ تُمْسُونَ وَحِينَ تُصْبِحُونَ *وَلَهُ الْحَمْدُ فِـــي السَّـــمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَعَشِيًّا وَحِينَ تُظْهِرُونَ﴾ [الروم: ١٧، ١٨] وليس الأمر كذلك فحسب بل جعل مجموعة من الأيام شهرًا وضبطه بـــدورة القمر، كما جعل بضعة أشهر فصلاً ليتميز بمناخ وطقـــس معـــين وخواص معينة، تكسو البيئة الطبيعية من حول الإنســـان بثـــوب جديد، كما جعل كل أربعة فصول سنة كاملة، وضبطها بـــدورة فلكية هذا النظام وذلك الإعداد الإلهي للوقت هو الـــذي يحقـــق مصلحة الفرد ويعينه على ضبط حياته وحسن الانتفاع بأوقاته.

الفصل الثاني

الوقت ثمين فكيف ننفقه؟

تنظيم الوقت.

كيف تنظم يومك؟

تخطيط الوقت.

كيفية استغلال الوقت.

نظام الحياة اليومي للمسلم.

عوامل مساعدة على استغلال الوقت.

أسس التخطيط والتنظيم للاستثمار الأمثل لأوقات الفراغ.

الحياة المنظمة هي القائمة على التخطيط.

عوائق استغلال الوقت.

الفصل الثاني

الوقت ثمين فكيف ننفقه؟[١]

للسيد الهاشمي قوله: (الوقت نقد) حكمة جليلة ترشدنا إلى أن الوقت ثمين وغال يجب أن نحافظ عليه، فلا يضيع في اللهو واللعب بل في الجد والعمل وطلب العلا، ودرك المراد ونيل المطالب، فالعاقل اللبيب من ينفق عمره في الصالحات الطيبات والعمل الخالد الــذي يكسبه الذكر الحسن الصيت الشريف، وإذا أسند إليه عمل قام به خير قيام، أتقنه وأدى واجبه و لم يهمل فيه ويتقاعس عن إنجازه، ولا يؤخره عن وقته المحدد ليحبه رؤساؤه ويحترمه أصدقاؤه.

دقات قلـــب المـــرء قائلـــة لـــه إن الحيـــــاة دقـــــائق وثــــوان
فارفع لنفسك بعد موتك ذكرها فالذكر للإنسـان عمــر ثــان

تنظيم الوقت [٢]:

وينبغي للإنسان المؤمن أن ينظم وقته بين الواجبات والأعمال المختلفة دينية كانت أو دنيوية حتى لا يطغى بعضها على بعض، ولا يطغى غير المهم على المهم، ولا المهم على الأهم، ولا غير الموقوت على الموقوت، فما كان مطلوبًا بصفة عاجلة يجب أن يبـــادر بـــه ويؤخر ما ليس له صفة العجلة، وما كان له وقت محدد يجـــب أن يعمل في وقته، ومما رواه النبي ﷺ عن صحف إبـــراهيم: «**ينبغـــي**

---

(١) شعبان جبريل عبد العال: الوقت أغلى من كنوز الأرض (١٥٣).
(٢) يوسف القرضاوي: الوقت في حياة المسلم (١٨).

للعامل، ما لم يكن مغلوبًا على عقله، أن يكون له أربع ساعات: ساعة يناجي فيه ربه، وساعة يحاسب فيها نفسه، وساعة يتفكر في صنع الله عز وجل، وساعة يخلوا فيهـا لحاجتـه مـن المطعـم والمشرب» رواه ابن حبان في صحيحه.

وأحوج الناس إلى تقسيم الوقت وتنظيمه هم المشغولون مـن الناس من أصحاب المسئوليات لتزاحم الأعباء عليهم حـتى إنهـم ليشعرون أن الواجبات أكثر من الأوقات، ومن تنظيم الوقـت أن يكون فيه جزء للراحة والترويح، فإن النفس تسأم لطول الجد، فلا بد من قدر من اللهو والترفيه المباح. كما قال علي رضي الله عنـه «روحوا القلوب ساعة بعد ساعة، فإن القلب إذا أُكره عَمي» ولا يحسن بالمرء المسلم أن يرهق نفسه بالعمل إرهاقًا يضعف من قوتـه ويحول دون استمرار سيرته ولو كان هذا الإرهـاق في عبـادة الله تعالى صيامًا وقيامًا وتنسكًا وزهدًا، ولهذا قال النبي ﷺ لأصحابه لما رآهم تكاثروا للصلاة خلفه في الليل: «**خذوا من الأعمـال مـا تطيقون، فإن الله لا يمل حتى تملوا، وإن أحب الأعمـال إلى الله أدومها، وإن قل**» رواه الشيخان من حديث عائشة، ونصح مـن بالغ في القراءة والقيام والصيام بالاقتصاد والاعتـدال قـائلا: «**إن لبدنك عليك حقًا وإن لأهلك عليك حقًا، وإن لزوجك عليك حقًا**» رواه البخاري، وقال لآخرين غلوًا في الطاعة والزهد: «**إنمـا أنا أخشاكم لله وأتقاكم له، ولكني أقوم وأنام، وأصوم وأفطـر، وأتزوج النساء، فمن رغب عن سنتي فليس مني**» رواه البخاري.

فهذه سنته وهذا هو منهجه عليه الصلاة والسلام منهج التوسط

والاعتدال بين الروحية والمادية، والموازنة بين حق الـــنفس وحـــق الرب، ومن ثم لا يرى الإسلام بأسًا أن يكون للإنسان جزء مـــن وقته لترويح نفسه بالحلال الطيب من متاع الحياة وزينتها ولهوهـــا ولعبها، وينبغي للمؤمن أن يعرف ما يتطلبه الوقت من عمل القلب واللسان والجوارح، فيتحراه ويجتهد في القيام به، حتى يقع موقعـــه من الموافقة للمقصود ومن القبول عند الله عز وجل، وقد جـــاء في وصية أبي بكر لعمر حين استخلفه: أعلم أن لله عمـــلا بالنـــهار لا يقبله بالليل، وعملا بالليل لا يقبله بالنهار.

كيف تنظم يومك [1]:

إذا نجح الإنسان في تنظيم يومه نجح في تنظيم حياته، وكثير من الناس يواجهون أعباء الحياة بدون تنظيم ولا تخطيط لأعمالهم؛ فيرهقون أنفسهم ولا يبلغون أهدافهم، ومحاولة في تنظـــيم يومـــك إليك هذه الأفكار التي أرجو أن تتحول إلى برنامج وعمل:

١- أعد قائمة بأعمالك اليومية في مساء اليوم الذي قبلـــه أو صباح اليوم نفسه، واحتفظ بهذه القائمة في جيبك، وكلما أنجزت عملاً فأشر عليه بالقلم.

٢- أو جز عبارات الأعمال في الورقة: بما يذكرك بها فقط.

٣- قدر لكل عمل وقتًا كافيًا وحدد بدايته ونهايته.

٤- قسم الأعمال تقسيمًا جغرافيًا بمعنى أن كل مجموعة أعمال

---

(1) عوض محمد القرني: حتى لا تكون كلا (٣٤، ٣٥).

في مكان واحد أو في أماكن متقاربة تنجز متتالية حفظًا للوقت.

٥- اجعل قائمتك مرنة، بحيث يمكن الحذف منها والإضـــافة إليها إذا استدعى الأمر ذلك.

٦- اترك وقتًا في برنامجك للطوارئ التي لا تتوقعها مثل: ضيف يزورك بدون موعد أو طفل يصاب بمرض طارئ، أو سيارة تتعطل عليك في الطريق وأمثال ذلك.

٧- بادر لاستغلال بعض هوامش الأعمال الطويلـــة لإنجـــاز أعمال قصيرة، مثلا عند الانتظار في عيادة الطبيب اقرأ في كتاب أو أكتب رسالة أو اتصل إذا وجد هاتف لإنجاز بعض الأمور وهكذا.

٨- عندما يكون وضع برنامجك اختياريًا نوع أعمالك لـــئلا تصاب بالملل؛ فاجعل جزءًا منها شخصيًا وآخر عائليًا، وثالثًا خارج البيت.. إلخ.

٩- اجعل جزءًا من برنامجك اليومي لمشاريعك الكـــبيرة كتطـــوير ذاتك وثقافتك، أو التفكير الهادئ لمشاريعك المستقبلية وأمثال ذلك.

١٠- حبذا لو صممت استمارة مناسبة لكتابة برنامجك اليومي عليها، ثم صورت منها نسخًا ووضعتها في ملف لديك، وجعلـــت لكل يوم منها واحدة.

تخطيط الوقت [١] :

لعل من أهم أهداف تخطيط الوقت تـــوفير الوقـــت الضـــائع

(١) كوثر حسين كوجك: الإدارة المنزلية (١٥٦).

وحسن استغلال ما لدينا من ساعات ودقائق، وقد يتصور الـــبعض أن عملية تخطيط الوقت تستغرق وقتًا يمكن توفيره واســـتخدامه في أداء الأعمال ذاتها، لكن البحوث تدلنا على أن هناك تناسبًا عكسيًا بين كمية الوقت الضائع في عملية التخطيط والوقت الضائع في أداء الأعمال، ولتخطيط الوقت توجد ثلاثة أنواع من الخطط تختلـــف كل منها عن الآخرين في درجة الوضوح والتفصيل:

النوع الأول: عبارة عن وضع قائمة بالأعمال التي يجب القيام بها صغيرة كانت أم كبيرة في فترة زمنية محددة وهذه في الواقـــع لا تعد خطة بمعنى الكلمة؛ فهي مجرد تذكرة بما يجب على الفرد أداؤه من أعمال، ويرجع إليها من آن لآخر لمراجعة ما تم إنجـــازه مـــن القائمة الموضوعة وما بقي من أعمال لم تنجز بعد.

النوع الثاني: وفيه تقســـم الأعمـــال المطلـــوب أدائهـــا إلى مجموعات، ويحدد لكل مجموعة حد أقصى من الوقت دون تحديـــد جزئي لكل مجموعة.

النوع الثالث: وهو أكثر دقة وتحديدًا وكثيرًا ما يعرف باســـم "جدول" والجدول يحدد موعد بداية ونهاية كل عمل على حـــدة، وتزيد أهمية هذا النوع بالنسبة للأفراد كلما زادت أعمالهم بالنسبة لما لديهم من وقت.

وهذا النوع من تخطيط الوقت يستلزم التريث والتفكير عنـــد اتخاذ القرارات المتعلقة بطرق توزيع الوقت ويشتمل على خطوات واضحة ومحددة.

١- تسجل كافة الأعمال المراد القيام بهـــا إلى مجموعـــات: حسب درجة مرونة ما تحتاجه من وقت.

٢- يدون أمام كل عمل عدد الساعات والدقائق التي يحتاجها، وتكون واقعية بقدر الإمكان.

٣- القيام بعملية موازنة بين الوقت المتوافر والأعمال المطلوبة مع ترتيب هذه الأعمال حسب أهميتها.

٤- ضع بعض الوقت للطوارئ مع تدوينها.

كيفية استغلال الوقت [1] :

أولا: الحركة الهادفة: وهي أول مصرف من مصارف استغلال الوقت بحيث يستغل الإنسان وقته بالحركة، وهي حركة معينة ولها خصائص مميزة وبالتالي فهي حركة هادفة فيها الإخلاص في ســـبيل الله، تسير وفق منهجه جل وعلا لكي تعود على الإنسان بالفائدة، ونخص بالذكر الداعية العامل فهذا مجال خصب لاستغلال وقـــت الإنسان فيه، حيث يكون الإنسان رجلا (حركيًا) يحمل كلمة الله إلى كل مكان (منزله، مدرسته، وظيفته، .. إلخ) وإذا بلغ الإنســـان هذه المرتبة فلا يجد الفراغ إليه سبيلا.

ثانيًا: المخالطة: لا يستطيع الإنسان أن يعيش بمفرده، فلا بد له من خليل ولا بد له من صديق، ولا بد له من مجتمع ينخرط فيـــه، ويخالط أبناءه مخالطة قلبية كانت أم جسدية حسب طرفها، كمـــا

---

(1) جاسم محمد المطوع: الوقت دمار أو عمار (٢٩).

قال علي بن أبي طالب رضي الله عنه، «خالط المــؤمن بقلبــك، وخالط الفاجر بخلقك» فهذا المصرف من خير ما يصرف الإنسان به وقته، وهذا هو مصرف الأنبياء الذين كانوا يقومــون بصــرف أوقاتهم ويخالطون البشرية ويتحركون لدعوتهم إلى الله.

ثالثًا: حب المساعدة وقضاء الحاجات: إسلامنا دين معــايش للواقع لا دين نظريات، ودين حركة وجهاد لا دين خيال وافتراض لهذا يقول النبي ﷺ موجهًا البشرية على التحرك في قضاء الحاجــة «**لأن يمشي أحدكم مع أخيه في قضاء حاجته، وأشار بإصــبعيه، أفضل من أن يعتكف في مسجدي هذا شهرين**» (يعني مســجد المدينة).

رابعًا: خمسية الصحابة: هناك خمسة أمور كــان الصــحابة رضوان الله عليهم يحافظون عليها، ومحافظتهم عليها من أكبر الأدلة على استغلال وقتهم، وأنهم والله حريصون على الحرص على عــدم ضياع أي لحظة من عمرهم؛ فالأمور الخمسة هي:

١- الحرص على ملازمة الصالحين العاملين.

٢- اتباع السنة: أي استغلال الوقت بتطبيق السنن واستشعار الأجر حين العمل بها، أما التخلف عنها، أي عدم العمل بها، وعيش الإنسان فارغًا فيجعل الإنسان فريسة سهلة للشيطان.

٣- عمارة المسجد: إن عمارة المسجد من أكبر الأدلة على أن قلب المعمر مفعم بالإيمان سواء عمره بتلاوة القرآن أو بالاعتكاف أو بالمحافظة على صلوات الجماعة أو بحضور محاضــرة، وهكــذا

يستغل الوقت ويتنوع في استغلاله.

٤- **تلاوة القرآن**: إن القرآن هو الروح الذي يحرك الأمـــة، وهو مصنع الرجال الذي يخرج الأجيال المجاهدة، فإذا شغل الداعية وقته بالجلوس مع كتاب كان حظه من الأجر و الثواب عظيمًا عند ربه.

٥- **الجهاد في سبيل الله**: والدعوة إلى الله والحركة في ســـبيله والجهاد البياني والقلبي.

خامسًا: القراءة، وهي مصرف عظيم من مصارف اســـتغلال الوقت، ونظرًا لأهمية القراءة فقد أمرنا الله جل وعلا بـــالعلم قبـــل العمل، وأيضًا لا بد من معرفة أصول الدعوة وقواعدها.

ويجب أن تكون لدى المسلم الثروة الفكرية والقـــدرة علـــى التحليل وإبداء الرأي والنقد السليم، والسبيل إلى محبة القراءة هـــو النظر بالقلب والعمل بما يقرأ وقراءة ما تميل إليه النفس بالتـــدرج، ومعرفة همة علماء السلف من اختيار الوقت المناســـب والتنويـــع بالقراءة والدعاء.

سادسًا: الندوات والرحلات: إن الرحلات التي تقوم بها الناس وبالأخص الدعاة إلى الله هي وسيلة من الوسائل الترفيهية التي غالبًا ما تكون بالعطلة أو في نهاية الأسبوع وحبذا لو استغل الإنسان هذه الرحلات في أنشطة هادفة ومعينة لاستغلال وقته.

أما الندوات فهي كذلك مصرف من مصارف استغلال الوقت كما أنها تقوي ملكة النقاش لدى المستمع.

سابعًا: **الألعاب الرياضية**: وهذه من مصارف الوقت النافعة، حيث يتم فيها تنمية الهوايات من جانب، ومن جانب آخر يحـــرك جسمه وينشطه بما ينفعه حتى لا يضيع وقته من غير فائدة بشرط ألا تفوت عليه واجبًا أو تضيع عليه حقا.

نظام الحياة اليومي للمسلم[1] :

ينبغي للمسلم إذا أراد أن يبارك له في عمره أن يسير على نظام الحياة اليومي في الإسلام، ويقتضي هذا النظام أن يستيقظ المســـلم مبكرًا وينام مبكرًا يبدأ يوم المسلم منذ مطلع الفجر أو على الأقـــل قبل مشرق الشمس، وبهذا يتلقى الصباح طاهرًا نقيًا قبل أن تلوثـــه أنفاس العصاة الذين لا يفيقون من نومهم إلا في ضحى النهار، وهنا يستقبل المسلم يومه من البكور الذي دعا الرسول لأمته بالبركة فيه حين قال: «**اللهم بارك لأمتي في بكورها**» وما أعظم الفارق بـــين المسلم الذي انحلت عقد الشيطان كلها من نفسه، فاستقبل يومه من الصباح الباكر بالذكر والطهارة والصلاة، وانطلق إلى معترك الحياة نشيط الجسم طيب النفس منشرح الصدر، يفتتح يومه بالطاعـــة لله مصليًا فرضه وسنته تاليًا ما تيسر له مـــن أذكـــار الصـــباح [2]، ويتناول فطوره باعتدال، ثم يتوجه إلى عمله اليومي ساعيًا في تدبير معاشه وطلب رزقه، يجتهد في أن يشغل نفسه بأي عمل حـــلال، والمسلم يعتبر عمله الدنيوي عبادة وجهادًا إذا صحت فيه النية و لم

---

(1) يوسف القرضاوي: الوقت في حياة المسلم (٢٠).

(2) عبد الله الجار الله: زاد المسلم اليومي.

يُشغل عن ذكر الله، وأدى عمله بإتقان وأمانة.

ومن الواجبات اليومية التي لا يجوز للمسلم أن ينساها أو يهملها واجبة نحو خدمة المجتمع ومساعدة أفراده على قضاء حوائجهم وتسهيل أمورهم ليكون له بذلك صدقة وصلاة، وعند الزوال يؤذن للظهر فيهرع المسلم إلى صلاته مجتهدًا أن يؤديها في أول وقتها في جماعة ما استطاع، ويتناول غذاءه في وسط النهار آكلا من طيبات ما رزق الله غير مسرف إلى حد التخمة، ولا متقشف إلى حد الحرمان، فإذا جاء وقت العصر ونادى مناديها قام المسلم من قيله إن كان قائلاً أو من لجة عمله إن كان عاملاً مسارعًا إلى هذه الصلاة التي تعتبر «الصلاة الوسطى» لليوم.

وعندما تغرب الشمس يبادر المسلم إلى صلاة المغرب لأول وقتها وبخاصة أن وقتها ضيق، فإذا أدى الفرض والسنة تلا ما تيسر من أذكار المساء المأثورة ويتناول المسلم عشاءه بغير إسراف ولا تقتير ثم يصلي العشاء وما لها من سنن، ويؤخر (الوتر) إذا كان معتادًا الاستيقاظ من الليل وإلا صلاه قبل النوم، ويستطيع المسلم أن يقضي بعض الحقوق قبل نومه كبعض الزيارات أو المحاضرات أو مجالس الذكر، وينبغي أن يكون له حظ من القراءة المنتظمة طلبًا للزيادة في العلم، ويحسن أن يختار من الكتب أو المجلات ما ينفعه في دينه ودنياه، ولا حرج على المسلم أن يمتع نفسه ببعض اللهو المباح أو الترفيه المشروع في نهار أو ليل على ألا يجور ذلك على حق ربه في العبادة أو حق من حقوق الغير، ومن ثم لا يحسن بالمسلم أن يطيل السهر حتى لا يطغى على بعض هذه الحقوق، ومما يجب على

المسلم أن يذكره ولا ينساه في كل يوم يمر ألا يفرد في حـــق مـــن الحقوق العشرة التي أمر الله برعايتـــها في كتابـــه العزيـــز فقـــال: ﴿وَاعْبُدُوا اللهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَـــانًا وَبِـــذِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَى وَالْجَارِ الْجُنُـــبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنْبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ إِنَّ اللهَ لَـــا يُحِبُّ مَنْ كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا﴾ [النساء: ٣٦].

فالنظام اليومي[1] هو المقصود النهائي من التخطيط العـــام في يومه والتي تحقق مطالبه القريبة ومقاصده البعيـــدة دون خلـــل أو اضطراب، وهو الذي ينظم هذه الأعمال وينسق بينـــها، ويقـــول الشيخ سيد سابق إن من دلائل العقل وكمال الرشـــد أن يكـــون للإنسان منهج سيسير عليه في يومه، وخطة يترسمها في حياته، ولقد وضح الإسلام هذه الخطة مترسمًا الخطة المثلى ومتجهًا نحـــو المثـــل الأعلى، هذا وينبغي أن يراعي أن الإسلام قد وضع ليـــوم المســـلم معالم بارزة وركائز ثابتة تعينه على تنظيم يومه والانتفاع به، فلا بد من رعايتها والتنسيق في إطارها.

فالأولى: النوم المبكر والاستيقاظ المبكر.

والثانية: المحافظة على الصلوات: فقد وزع الإسلام الصلوات الخمس والعبادات التابعة لها توزيعًا حكيمًا على أجزاء النهار والليل لتوقظ في المسلم الانتباه إلى أهمية الوقت.

والثالثة: القيام بخدمة المجتمع وفعل الخير من أجلـــه وإســـداء

(١) عبد الستار نوير: الوقت هو الحياة (١٠٨، ١١٧).

المعروف إلى أهله.

عوامل مساعدة على استغلال الوقت[1] :

أولا: معرفة أهمية الوقت: إن الوقت هو الحياة، وبما أنــه هــو الحياة فمعرفة أهميته يعني معرفة قيمة الحياة، وأهميتها، لأنه مــن لم يعرف أهمية الوقت عاش ميتًا، وإن كان يتنفس على وجه الأرض.

ثانيًا الزهد في الدنيا: إذا دخلت الدنيا قلب ابن آدم وحـــب شهواتها وملذاتها فإنه حتمًا سوف يصرف وقته في نيـــل محبوباتـــه الدنيوية.

ثالثًا: تذكر الموت: لقد أمرنا رسولنا ﷺ بأن نتذكر الموت سماه «هادم اللذات» لأنه يهدم لذات الإنسان وأمانيـــه، وســـر حـــث الرسول لنا بتذكر الموت لكي يرفق قلوبنا ويجعلنـــا مهمـــومين في صرف أوقاتنا بما ينفعنا، إن من تذكر الموت لا يقر له قـــرار، ولا يهدأ له بال.

رابعًا: الخوف من الله: وهو يساعد على اســـتغلال الوقـــت ويجعل الإنسان يلوذ إلى الله بالطاعات: ﴿فَفِرُّوا إِلَى اللهِ إِنِّي لَكُـــمْ مِنْهُ نَذِيرٌ مُبِينٌ﴾ [الذاريات: ٥٠].

خامسًا: تنويع البرامج التي تستغل: إن من طبيعـــة الإنســـان وفطرته أنه إذا داوم على عمل معين ولفترة محددة فإنه يمل من هذا العمل، فإذا دوام الإنسان على الرياضة أو القراءة أو أي عمل كان

---

(1) جاسم محمد المطوع: الوقت دمار أو عمار (٥٧).

فإنه حتمًا يمل منه ما لم يجدد النشاط بغيره.

سادسًا: الدعاء: إن الدعاء أقوى الأسلحة الـــتي يســـتخدمها المسلم لملء فراغ وقته وطلبه للعلم، وإن الدعاء هـــو العبـــادة والله سبحانه قال: ﴿وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِي أَسْـتَجِبْ لَكُـمْ إِنَّ الَّـذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ﴾ [غافر: ٦٠].

سابعًا: تنمية الهمة العالية: إن همة الإنسان على حسب ما أهمه وعلوها على حسب مطلبه في الحياة والشوق إلى لقاء الله ومحبته لا يفعلها إلا الإنسان الهمام، أما إذا كان الإنسان خسيس الهمة فـــإن همته لا تدفعه إلى استغلال وقته بما ينفع.

ثامنًا: معرفة أثر البطالة: إن معرفة الضد من العلوم والشر من المعارف تعطي للإنسان قوة دافعة على العمل والتحرك، ولهـــذا إذا عرف الإنسان أثر البطالة فإنه لا شك يستغل وقته بما فيه نفع له في الدنيا والآخرة، وأما من ضيع الساعات وأهدر الأوقات فإن خاتمته سيئة، وإن مصيره بالآخرة أسوأ ولا حول ولا قوة إلا بـــالله، لأن الفراغ والصحة والمال ثالوث مدمر إذا لم يوجه التوجيه السليم.

تاسعًا: معرفة قيمة الشباب وحـــال الشـــباب الفـــارغ: إن الشباب هو عماد المستقبل وهو القوة الدافعة لحضـــارات الأمـــم وتقدمهم، ولأن أي تغير يطرأ على الشباب يعتـــبر تعـــبيرًا للأمـــة وحضارتها، وما كان التغير الذي حدث في عهد رسول الله ﷺ إلا على أيدي شباب من سن ٩-٤٠ سنة قامت على أيديهم الدولـــة الإسلامية.

عاشرًا: معرفة كيفية استغلال الصالحين لأوقـــاتهم: هنـــاك السلف الصالح كانوا حريصين على استغلال أوقاتهم فيجب معرفة الكيفية التي يستغلون بها أوقاتهم مثل ابن عمـــر وابـــن الجـــوزي والقاضي شريح وغيرهم، وقراءة سيرهم تعلمنـــا وتـــدفعنا إلى أن نقتدي بهم وأن نحافظ على أوقاتنا.

أسس التخطيط والتنظـــيم للاســـتثمار الأمثـــل لأوقـــات الفراغ[1]:

عند وضع خطط وتنظيمات للاستثمار الأمثل لأوقات الفراغ يتعين مراعاة الأسس التالية.

١- إيجاد الفرص المتنوعة لإشـــباع الحاجـــات الأساســـية للشباب: باختيار الأنواع الجيدة من المـــواد الثقافيـــة والعلميـــة والترويحية والإعلان عن أماكن توافرها.

٢- **إيجاد الفرص الخاصة بالأنشطة المناسبة المختلفة.**

٣- أن يراعي المسئولون مشاركة الشـــباب في الأنشـــطة المختلفة.

٤- توجيه الشباب في العمل بالخدمات العامة التطوعيـــة أو الأعمال التنموية.

٥- أن يتم الاهتمام بكلا الجنسين: لكل فئة ما يناسبها.

٦- أن يحمل التوجيه والإرشاد سبل الاختيار الجاد وتحفيـــز

---

(1) عبد المجيد سيد منصور: توجيه وإرشاد المسلم نحو قضاء وقت الفراغ (٢٧٨).

الشباب على التنظيم الأمثل لقضاء وقت الفـــراغ في الإبـــداع والابتكار والأعمال الجدية المنظمة.

٧- عمل استبيان لاستطلاع آراء ورغبات الشباب: بغيـــة التوجيه والإرشاد ذو العائد المثمر وإثارة حوافز الشباب بما يوافـــق ميولهم واستعدادهم.

الحياة المنظمة هي القائمة على التخطيط [1]:

نلاحظ مما سبق أن التخطيط شرط للسير في الحيـــاة بنظـــام وتجنب الفوضى والاضطراب في الحياة، وللتخطيط مبادئ وضوابط ودراسات توسع فيها المعاصرون توسعًا كبيرًا وسنورد هنا بعـــض المبادئ العامة السهلة التي يمكن أن يستفيد الإنسان منها، ويحـــاول أن يطور حياته بها مهما كانت ثقافته وإمكاناته، وإليك هذه المبادئ والإرشادات العامة:

١- لا تباشر التخطيط وبخاصة في الأمـــور المهمـــة إلا بعـــد الحصول على قدر كاف من الراحة والهـــدوء واعتـــدال المـــزاج والشعور بالثقة وعدم القلق والتوتر، لأن التخطيط يحتاج إلى جميع قواك الذهنية من تفكير وتذكر وخيال، وهذا لا يتأتى إلا عنـــدما يكون الإنسان في الحالة الذهنية والنفسية والجسمية المناسبة لذلك، وهذا في الأحوال الطبيعية، أما في الأحوال الاضطرارية فللضرورات أحكامها.

---

(١) عوض محمد القرني: حتى لا تكون كلا (٤٧-٤٢).

٢- توفر المعلومات عن الواقع القائم عن العمل الذي تســـعى لإقامته وإيجاده، فلا بد من الإلمام بالواقع وتوظيفه كما هو عليه من غير زيادة ولا نقصان؛ لأن الواقع سيكون منطلقًا للمستقبل الـــذي تخطط له، والمراد هنا واقع العمل الذي تريد التخطيط له وتطـــويره وإنجازه لا واقع الحياة كلها، فلذلك حديث آخر، ولا بد من إيجاد المعلومات التفصيلية عن العمل الذي تخطط له من حيـــث أهدافـــه ووسائله وفائدته ومدى الحاجة إليه.

٣- تحديد الأهداف المرادة من العمل الذي تخطط له، ولـــيكن تحديد الأهداف بالصورة التي سبق الإشارة إليها، أي من مراعـــاة الأولويات وإيجاد البدائل وتوازن وواقعية ووضوح وغير ذلك مـــن الأمور.

٤- معرفة وحصر ما تحتاج إليه من وسائل وإمكانات بشـــرية ومادية لتنفيذ خطتك وتحقيق أهدافك ومعرفة ما هو الموجود منـــها وما هو غير المتاح الآن؟ وكيف يمكن إيجاده؟ ويراعـــي في ذلـــك الوسطية بين الإسراف والتقتير في المقدار، وأن تكون الوسيلة غـــير محرمة أي مشروعة.

٥- تحديد زمان ومكان تنفيذه وإنجازه: ويجـــب أن يكـــون تحديد هذين العنصرين واضحًا.

٦- تحديد من يقوم بتنفيذ العمل إما بتحديد عينه وشخصه سواء كان فردًا أو مجموعة أفراد أو بتحديد أوصافه المناسبة لهذا العمل ثم بعد ذلك يبحث عمن تنطبق عليه هذه الأوصاف، ويسند

إليه أمر تنفيذ العمل الآخر، فعمل الحدادة يحتاج إلى إنسان صـــفاته وخبراته غير من يحتاجه عمل النجارة وهكذا.

وقد يخفق التنفيذ لأسباب عديدة منها:

أ- عدم حصر الاحتياجات بدقة وترك اكتشافها ثم توفيرهـــا للمصادفات.

ب- عدم توزيع الوسائل والإمكانات على مراحـــل العمـــل توزيعًا صحيحًا، فيقدم ما حقه التأخير، ويؤخر ما حقـــه التقـــديم وهكذا دواليك.

ج- عدم وضع الأشياء والإمكانات عند تخزينها وحفظهـــا في أماكنها المناسبة بصورة منظمة، يسهل الوصول إليها عند الاحتياج لها، كمن لديه مكتبة ثرية غنية بالكتب ولكنها غير منظمة، وعنـــد الاحتياج لأي كتاب تبذل جهدًا ووقتًا في البحث عنه، وقد لا تعثر عليه بعد ذلك أيضًا.

هـــ- عدم الإيمان بالعمل والحماس له: مما يحول العـــاملين إلى أناس تقليديين يكتفون بالصورة الظاهرة من العمل.

و- عدم قدرة العاملين على ممارسة العمل لعدم وجود التدريب الكافي.

ز- الانقطاع عن العمل وعدم الاستمرار فيه إلى نهايته علـــى مقتضى الخطة.

٧- كذلك يجب أن تشمل الخطة علـــى بيـــان مـــن يقـــوم

بالإشراف على تنفيذ العمل، ومهمته هي متابعة من ينفذ والتأكـــد من أنه التزم بالخطة الموضوعة له، وكذلك مساعدته في تجاوز ما قد يعرض له من عقبات لم تكن بالحسبان، وتوفير ما يحتاجـــه مـــن إمكانات مادية وبشرية لتنفيذ العمل المناط به، وقد يكون المخطط هو المنفذ والمشرف أيضًا، وقد يكون لكل عمل منها جهة مختلفـــة عن الأخرى، وبخاصة في الأعمال الكبيرة، ويمكن أن يســـتفاد في تخفيف الأعباء حينئذ عمن يقوم بالتنفيذ والإشراف عـــن طريـــق التفويض للآخرين.

٨- تحديد طريقة التقويم وكيفية إعداد التقارير عن التقـــدم في العمل ومدى توافق ذلك مع الخطة، والفترة الزمنية المحـــددة لكـــل مرحلة من مراحل العمل، وبيان معايير الإنجاز التي على أساســـها يقاس النجاح أو الفشل في العمل، وهذه المعايير ترتكز على أربعـــة أمور هي: مقدار الكمية المنفذة من العمل، وجودة ما نفـــذ مـــن الكمية، ومقدار الجهد والتكلفة المادية المبذولة في هـــذه الكميـــة، ومقدار الزمن المستغرق لإنجاز هذه الكمية.

عوائق استغلال الوقت [1]:

أولا: اتباع الهوى: إن الهوى موجود في قلب كل إنسان على وجه الأرض، والإنسان لا يلام على مجرد الحب والبغض، ولكـــن يلام على اتباع الهوى منهجًا وتكون الخطورة حين يتبع الإنســـان هواه بمخالفة أوامر الله ونواهيه، فيترتب عليه ضياع للوقت وإهدار

(1) جاسم محمد المطوع: الوقت دمار أو عمار (١٠٣-١١٠).

للجهد؛ لأن الهوى دائمًا يأمر صاحبه بالميل إلى الشهوات والملذات.

ثانيًا: طول الأمل: طول الأمل مرض عضال وداء مـــزمن، إذا أصاب الإنسان أباده عن بكرة أبيه؛ لأنه يتوالد عن طـــول الأمـــل أمراض فرعية كثيرة مثل: الكسل عن الطاعة، والتسويف بالتوبـــة، والرغبة في الدنيا، والنسيان للآخرة، والقسوة في القلب وكان أبـــو الدرداء رحمه الله يرى أن طول الأمل من الأعظم الأسباب علـــى ضياع الوقت.

ثالثًا: العوائق السبعية والغنائم الخمسية: ويقصـــد بـــالعوائق السبعية قول الرسول ﷺ: «**بادروا بالأعمال سبعًا: هل تنظرون إلا (١) فقرًا منسيًا (٢) أو غنى مطغيًا أو مرضًا مفسدًا (٤) أو هرمًا مفندًا (٥) أو موتًا مجهزًا (٦) أو الدجال فشر غائب منتظر (٧) أو الساعة فالساعة أدهى وأمر**».

فهذه هي الحقيقة سبع عقارب تحيط بالإنسان في سيره وعلـــى استعداد بأن تلدغه في أي وقت، هذا بالإضافة إلى خمس غنائم حثنا رسولنا الكريم على أن نغتنمها ولا نتقاعس عن أي غنيمة منـــها، وهي التي أشار إليها المصطفى ﷺ بقوله: «**اغتنم خمسًا قبل خمس: حياتك قبل موتك، وصحتك قبل سقمك، وفراغك قبل شغلك، وشبابك قبل هرمك، و غناك قبل فقرك**».

رابعًا: خواء القلب: إذا كان القلب خاويًا فارغًـــا انعكـــس على الجوارح فأصبح الإنسان لا يعرف قيمة الزمن ولا كيـــف يستغله؛ لأنه يتحرك من فراغ بخلاف ما لو كان القلـــب ممتلئًـــا

بالإيمان والأخلاق القلبية، فإنه يتحرك من هذا المنطلق.

وفي نهاية هذا الفصل يجدر بنا ذكر بعض العناصر التي يمكن تقسيم الوقت بينها في الحياة وهي [1]:

١- **الضروريات**: وهي (أداء الفرائض، الأكـــل، الشـــرب، النوم، العلاج، النكاح).

٢- **العلاقات**: وهي مع (الأهل والأقـــارب، والأصـــدقاء والزملاء، الجيران).

٣- **التطوير والاستجمام** وهي (القراءة والكتابة، الرياضـــة، النزهة، النوافل من الطاعات).

٤- **الطوارئ** وهي (المناسبات، الحوادث، الأزمات).

٥- **العمل المخصص للكسب** سواء كان وظيفة أو تجارة أو زراعة أو مهنة.

والأوقات المخصصة له إما منتجة أو ضائعة.

---

(1) عوض محمد القرني: حتى لا تكون كلا (٤٥، ٤٦).

الفصل الثالث

توصيات ختامية لإدارة الوقت.

فوائد استغلال الوقت.

كيف تقلل من إهدار الأوقات؟

أهداف استثمار أوقات فراغ الطلاب.

عوامل نجاح وسائل استثمار أوقات فراغ الطلاب.

قواعد وطرق الانتفاع بالوقت.

من عجائب الرسول ﷺ في استغلال الوقت.

دور الأسرة والمدرسة والتلفزيون في استغلال الوقت.

الفصل الثالث

توصيات ختامية لإدارة الوقت[1]:

تهدف هذه التوصيات بشكل عام إلى زيادة فعالية الإداري في استغلال وقته أثناء العمل اليومي، ورفع مستوى مهاراته وإمكاناته في برمجة وتنظيم أعماله بحيث يمكن إنجازها بصورة سريعة وبجهـــد قليل وبتكاليف أقل وبإنتاجية أعلى، ولا شك أن انعكاسات تحقيق هذه الأهداف ستكون إيجابية على المستوى الشخصي للإداري أو على المستوى العام للمنظمة والمجتمع، بحيـــث تســـاهم في تطـــوير سلوكيات وعلاقات الإداري علاوة على زيادة فعاليـــة اســـتغلال الموارد الاقتصادية المتاحة في المجتمع. والواقع إن هنالك العديد مـــن التوصيات الهامة في هذا المجال وفيما يلي أهمها:

١- حدد طبيعة النشاطات التي تقوم بها وحدد أولوياتها العادية والطارئة والمستعجلة، ثم حاول إنجاز النشـــاطات طبقًـــا لترتيـــب أولوياتها وأهميتها.

٢- حاول البدء في النشاطات التي تحتاج إلى متابعة مستمرة مع بداية العمل اليومي، فقد يعتمد إنجازها على بداية أعمال أخـــرى لدى أشخاص آخرين بجانب وجود متسع من الوقت لدى الإداري لمتابعتها أثناء اليوم.

٣- حاول وضع النشاطات الفرعية في قائمة معينـــة ومرتبـــة

---

(1) سهيل فهد سلامة: "إدارة الوقت" (١٦٥-١٦٧).

حسب أولوياهما؛ وذلك ليم إنجازها طبقًا لذلك الترتيـــب، وقـــد يساعد هذا الترتيب في اختيار الأشخاص المناسبين لعملية التفويض إذا رغب الإداري بذلك، بالإضافة إلى إنجاز بعضها في حالة انتهاء الإداري من بعض النشاطات الرئيسية.

٤- حاول تحديد الأوقات الأكثر إنتاجية بالنســبة لعملــك اليومين وحاول توزيع نشاطاتك التي تحتــاج إلى جهــد وتفكــير عميقين في الأوقات التي تتميز بإنتاجية عاليــة، أمــا النشــاطات الروتينية أو اللقاءات العادية فيمكن أن تخطط لها لتكون في الفترات التي تتميز بإنتاجية أقل.

٥- لا تسرع بهدف توفير الوقت، فــإدارة الوقــت لا تعــني الإسراع في إنجاز العمل بقدر استغلال هذا الوقت بشــكل جيــد للحصول على أكبر عائد ممكن، وقد يترتب على هذا الإسراع كثير من الأخطاء أو نسيان بعض المعلومات، لذلك يفترض أن تكــون عملية توزيع الوقت على النشاطات مدروســة بطريقــة علميــة ومنطقية بحيث يتناسب الوقت المخصص للنشاط مع طبيعة وحجم هذا النشاط.

٦- حاول الاستفادة من كافة التسهيلات والخدمات المقدمــة لك في المنظمة كالتقنيات الحديثة.

٧- حاول أن تزرع الثقة بنفسك وبالآخرين، فهي ضــرورية جدًا لنجاح عملية التفويض.

٨- حاول الالتزام قدر الإمكان بالجدول الزمني الذي وضــعه

لنفسك، وفي كثير من الحالات قد يتذكر الإداري ضرورة إنجـــاز بعض المهام أثناء قيامه بنشاط معين، ويفترض في هذه الحالـــة إذا لم يكن هذا النشاط من الأولويات أو من النشاطات الطارئة؛ فعليـــه تسجيل ملاحظة بسيطة في مذكرته أو مفكرته ليتذكر إنجازهـــا في فترة مقبلة.

٩- راقب وقتك من فترة إلى أخرى، وتعرف علـــى الوقـــت الذي أنت فيه الآن عن طريق وضع ساعة على الحائط الذي يقابلك أو على طاولة المكتب وذلك بهدف التعرف على الوقت بصـــورة مستمرة، وحرصًا على الالتزام بالجدول الزمني المعد سلفًا، وخوفًـــا من المفاجأة الكبرى في استنفاد الوقت قبل إنجاز المهام.

١٠- حاول الانتهاء من النشاط الذي تقوم به حاليًا قبل البدء في نشاطات أخرى، فإن ترك النشاط والعودة له ثانيـــة في وقـــت لاحق يطلب تحضيرًا جديدًا ووقتًا إضافيًا.

١١- ابدأ عملك اليومي بحماس وإنتاجية.

١٢- كون لديك عادة الانتهاء من النشاط متى بدأت به، ولا تنتقل من نشاط إلى آخر قبل إنجازه إلا في حدود ضيقة جدًا.

١٣- تغلب على عادة المماطلة أو التأجيل وأنجز النشـــاطات حالا في موعدها المحدد.

١٤- تمتع بوقتك الخاص في النشاطات التي تحددها لذلك.

فوائد استغلال الوقت:

فوائد استغلال الوقت بالعمل الصالح وليس باستغلاله استغلالا سيئًا ما يلي[١]:

أولاً: إجابة الدعاء: قال تعالى: ﴿وَزَكَرِيَّا إِذْ نَادَى رَبَّهُ رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ * فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَوَهَبْنَا لَهُ يَحْيَى وَأَصْلَحْنَا لَهُ زَوْجَهُ إِنَّهُمْ كَانُوا يُسَارِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَبًا وَرَهَبًا وَكَانُوا لَنَا خَاشِعِينَ﴾ [الأنبياء: ٨٩، ٩٠].

يقول النسفي رحمه الله في تفسير: ﴿كَانُوا يُسَارِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ﴾ أي أهم إنما استحقوا الإجابة إلى طلباتهم لمبادرتهم أبواب الخير ومسارعتهم في تحصيلها.

ثانيًا: الطمأنينة في الإجابة: قال رسول الله ﷺ: «**لا تزول قدم عبد حتى يسأل عن أربع: عن عمره فيم أفناه، وعن علمه ما فعل به، وعن ماله من أين اكتسبه وفيم أنفقه، وعن جسمه فيم أبلاه**» فمن استغل عمره وجسمه وعلمه وماله فيما ينفعه أمن الإجابة يوم القيامة.

ثالثًا: العيشة الراضية والجنة العالية : قال تعالى: ﴿فَأَمَّا مَنْ أُوتِيَ كِتَابَهُ بِيَمِينِهِ فَيَقُولُ هَاؤُمُ اقْرَءُوا كِتَابِيَهْ * إِنِّي ظَنَنْتُ أَنِّي مُلَاقٍ حِسَابِيَهْ * فَهُوَ فِي عِيشَةٍ رَاضِيَةٍ * فِي جَنَّةٍ عَالِيَةٍ * قُطُوفُهَا دَانِيَةٌ * كُلُوا وَاشْرَبُوا هَنِيئًا بِمَا أَسْلَفْتُمْ فِي الْأَيَّامِ الْخَالِيَةِ﴾

---

(١) جاسم محمد المطوع: الوقت عمار أو دمار (١٣١-١٣٦).

[الحاقة: ١٩-٢٤] ومعنى ﴿بِمَا أَسْلَفْتُمْ﴾ أسلفت أي بما قدمتم في أيام الدنيا، أو بما قدمتم من الأعمال الصالحة في الأيام الخالية، وهل يقدم إنسان عملاً في الدنيا من غير أن يكون قد صرف فيـــه مـــن وقته؟

رابعًا: الأنهار والأساور والثياب: قال تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ إِنَّا لَا نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلًا أُولَئِكَ لَهُمْ جَنَّاتُ عَدْنٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهِمُ الْأَنْهَارُ يُحَلَّوْنَ فِيهَا مِنْ أَسَاوِرَ مِنْ ذَهَبٍ وَيَلْبَسُونَ ثِيَابًا خُضْرًا مِنْ سُنْدُسٍ وَإِسْتَبْرَقٍ مُتَّكِـئِينَ فِيهَـا عَلَى الْأَرَائِكِ نِعْمَ الثَّوَابُ وَحَسُنَتْ مُرْتَفَقًـا﴾ **[الكهـف: ٣٠، ٣١].**

خامسًا: الحياة الطيبة: قال تعالى: ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ **[النحل: ٩٧] قال القرطبي:** رحمه الله في معنى الحياة الطيبة: الرزق الحلال، القناعة، توفيقه إلى الطاعات فإنها تئويه إلى رضوانه الجنة، قبل السعادة.

سادسًا: السكن في غرف الجنة: قال تعالى: ﴿وَالَّذِينَ آمَنُـوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَنُبَوِّئَنَّهُمْ مِنَ الْجَنَّةِ غُرَفًا تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَـا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا نِعْمَ أَجْرُ الْعَامِلِينَ﴾ [العنكبوت: ٥٨].

وقال النبي ﷺ: «**إن في الجنة غرفًا يرى ظاهرها من باطنـــها، وباطنها من ظاهرها، أعدها الله لمن أطعم الطعام، وألان الكلام، وتابع الصيام، وصلى بالليل والناس نيام**» قال ابن عباس: هـــي

غرف من ياقوت وزبرجد ودر، وهل الصيام والقيام إلا مصرف من مصارف استغلال الوقت؟

آفات قاتلة للوقت:

وهناك آفات كثيرة تضيع على الإنسان وقته، وتأكل عمره إذا لم ينتبه لخطرها، ومن هذه الآفات [1]:

(١) الغفلة: وهي مرض يصيب عقل الإنسان وقلبه بحيث يفقد الحس الواعي بالأحداث واختلاف الليل والنهار، ويفقـــد الانتبـــاه اليقظ إلى معاني الأشياء وعواقب الأمور، فهو يعـــني بالصـــور لا بالمعاني، وبالظواهر لا بالحقائق، وبالقشور لا باللباب، وبالبـــدايات لا بالنهايات، والقرآن الكريم يحذر من الغفلة أشد التحذير حتى إنه ليجعل أهلها حطب جهنم، ويجعلهم أضل ســـبيلا مـــن الأنعـــام العجماوات ﴿وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِنَ الْجِنِّ وَالْـــإِنْسِ لَهُـــمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَـــا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَـــافِلُونَ﴾ [الأعراف: ١٧٩].

ومن البلية حقًا أن تمر بأمتنا الأحداث تزلزل الجبال، فلا تعتبر ولا تتغير، ولا تحرك سواكنها كأنما هي مسرحية تمثل، أو تمثيليـــة تؤدي، ومن هنا كان دعاء أبي بكر رضي الله عنه: (اللهم لا تدعنا في غمرة، ولا تأخذنا على غرة ولا تجعلنا من الغافلين).

---

(١) يوسف القرضاوي: الوقت في حياة المسلم (١٦٢).

(٢) التسويف: وهناك آفة أخرى من أشد الآفات خطرًا على انتفاع الإنسان بيومه وحاضره، وهي التسويف والتأجيل حتى تكاد تصبح كلمة" سوف" شعارًا له وطابعًا لسلوكه، فمن حق يومـك عليك أن تعمره بالنافع من العلم والصالح من العمل، ولا تسـوف إلى غد حتى يفلت منك حاضرك فيصبح ماضيًا لا يعود أبدًا، فعليك أن تزرع في يومك لتحصد في غدك، وإلا ندمت حيـث لا ينفـع الندم.

وفي التسويف وتأخير واجب اليوم إلى الغد آفات منها.

أولها: أنك لا تضمن أن تعيش إلى الغد.

ثانيها: أنك إن ضمنت حياتك إلى الغد فلا تأمن المعوقات من مرض طارئ أو شغل عارض أو بلاء نازل، ولهذا كان الحـزم أن تبادر إلى فعل الخيرات وأداء الواجبات.

(٣) سب الزمان: ومن الآفات المحذورة والسلبيات العائقـة إلقاء اللوم على الدهر، ودوام الشكوى، من ظلم الزمان وقسـوة الأيام حتى إن بعضهم ليتصور الزمان خصمًا يضطهده أو عـدوًا يتربص به.

آفات الفراغ[١]:

إن الفراغ يدمر ألوف الكفاءات والمواهب ويخفيها وراء ركام هائل من الاستهانة والاستكانة، ويستتبع هذا الإهدار الشنيع لقيمة

(١) محمد الغزالي: جدد حياتك (٦٣-٦٥).

العمل والوقت مصائب لا حصر لها في الأحوال البيئية والاجتماعية والسياسية، يروي عن عمر ابن الخطاب أنه قال: «إني لأرى الرجل فيعجبني فإذا سألت عنه فقيل: لا حرفة له، سقط من عـــيني» وفي الحديث «**إن الله يحب المرء المؤمن المحترف**»[١] **فلا جرم** أن شعوبًا بأسرها تسقط من عين الله، وتسقط من أعين أهل الجد والإنتـــاج؛ لأنها لا عمل لها، استهلكها الفراغ وأسلمها للفناء.

كيف تقلل من إهدار الأوقات[٢]:

١- دون في دفتر ملحوظات صغيرة ما يضيع من وقتك خلال يوم، وهكذا لمدة أسبوع ثم لمدة شهر، ثم قم بإحصاء ما ضاع منك خلال عام ثم انظر كم نسبة الضائع من حياتك.

٢- قم بعملية تقسيم لأوقاتك على أعمالك كمـــا هـــي في الواقع، ثم انظر إلى الأعمال أيها يستأثر من الأوقات بـــأكثر مـــن حاجته، وأي الأعمال لا يأخذ كفايته ثم أعد التوازن إلى برنامجـــك على ضوء ما توصلت إليه من نتائج.

٣- قم في أوقات الهدوء والاسترخاء بالتعرف على ميولـــك النفسية ورصد أثرها في تسريب وضياع وقتك في توافه الأمـــور؛ لتقوم بعد ذلك بمحاولة الإصلاح ومجاهدة النفس.

أهداف استثمار أوقات فراغ الطلاب [٣]:

١- إعداد الطالب للحياة إعدادًا جســـميا، وتربيتـــه بـــدنيًا

---

(١) رواه الطبراني والبيهقي عن ابن عمر، وضعفه الألباني في ضعيف الجامع (١٧٠٤).
(٢) عوض محمد القرني (حتى لا تكون كلا) (٤٥-٥٠).
(٣) أبو بكر ميقا: معالجة الإسلام لأوقات الفراغ (٦٣).

وصحيًا، وحمايته من كل الأمراض والأوبئة التي تؤثر علـى عقلـه وعقيدته وبدنه، ولذلك ركز الإسلام على الوسائل التي تعمل على نمو الجسم وتقوي العضلات وتهذب السلوك وتنمي القدرات.

٢- تدريب الطالب على المشاق والصعاب ومساعدته علـى تقوية مواهبه الفنية، وتنميته بما يجعله قويًا في بدنه وعقله، مسـتعدًا للتضحية في سبيل دينه وأمته.

٣- تقوية روح الشجاعة في الطالب والثبات عنـد ملاقـاة الشدائد.

٤- تربية الثقة بالنفس في الطالب وقوة العزيمة وتدريبه علـى الجد والسعي وعدم التواكل.

٥- بث روح التعاون في الطلاب والتنافس في ميدان العمـل والخير.

٦- اكتشاف القدرات الجسدية والعقلية والخلقية، والمواهـب والميول.

٧- تمرين البدن على النشاط وتنمية القوى الجسدية، وتدريبها على الحركة والخفة والإسراع.

٨- حماية الطالب من الانحرافات الفكرية والخلقية: والتيارات الهدامة للقيم الأخلاقية والإنسانية.

٩- صقل المواهب العلمية والثقافية والرياضية والاجتماعية بما يضمن لها النماء والعطاء.

عوامل نجاح وسائل استثمار أوقات فراغ الطلاب:

كل وسيلة تتبقى حبرًا على ورق ما لم تتحـــول إلى حقيقـــة واقعة، وتطرح عوامل نجاحها على بساط الحقيقة، وتتحرك في واقع الأرض، ويمكن تلخيص عناصر نجاح هذه الوسائل فيما يلي:

١- القدرة الحسية :فهي من أنجح الوسائل المؤثرة في التوجيـــه واستثمار أوقات الطلاب.

٢- ترك حرية الاختيار للطالب وفق ميوله ورغباته الكامنة في نفسه.

٣- تمكين الطالب من تحديد هدفه والوسيلة التي يســـتخدمها لشغل فراغه.

٤- الرفق في العمل والاختيار.

٥- شغل أوقات الفراغ بالواجبات: والانتقال من عمـــل إلى آخر ولو من عمل مرهق إلى عمل مرن، وهذا يحمي الطلاب مـــن علل التبطل ولوثات الفراغ.

استغلال الوقت في قراءة القرآن وقيام الليل [1]:

إن أفضل ما يستغل المرء به وقته لعمل الآخرة وزاد المعاد قيام الليل وقراءة القرآن، وقد كان سلفنا الصالح من الصحابة والتابعين رضوان الله عليهم يقومون الليل حتى تتفطر أقـــدامهم، ويقـــرءون القرآن ويتسابقون في عدد مرات ختمه.

(1) شعبان جبريل عبد العال: الوقت (١٦٨).

من عجائب الرسول ﷺ في استغلال الوقت [1]:

أخرج عبد بن حميد وابن أبي الدنيا في كتاب الـــتفكير وابـــن حبان في صحيحه وابن مردويه والأصبهاني في (الترغيب والترهيب) وابن عساكر عن عطاء قال: قلت لعائشة رضي الله عنها: أخبريني بأعجب ما رأيت من رسول الله ﷺ قالت: وأي شأنه لم أعجب؟ إنه أتاني ليلة فدخل معي في لحافي ثم قال: «**ذريني أتعبد لربي**» فقام فتوضأ ثم قام يصلي فبكى حتى سالت دموعه على صدره، ثم ركع ثم سجد فبكى، ثم رفع رأسه فبكى، فلم يزل كذلك حتى جاء بلال يؤذن بالصلاة، فقلت: يا رسول الله، وما يبكيك وقد غفر الله لك ما تقدم من ذنبك وما تأخر؟ قال: «**أفلا أكون عبدًا شكورًا، ولم لا أفعل وقد أنزل الله علي هذه الليلة** ﴿إِنَّ فِي خَلْقِ السَّـــمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِـــأُولِي الْأَلْبَـــابِ﴾ **[آل عمران: ١٩٠]**».

قلت: أرأيت ماذا فعل رسول الله ﷺ؟ ! لقد قام طوال الليـــل حتى أذان الفجر يصلي ويبكي من شدة الخشوع حتى إن دموعـــه لتسيل على صدره، وهو خير خلق الله قاطبة، وقد غفر الله له مـــا تقدم من ذنبه وما تأخر، فكيف نغفل نحن عن مثل هـــذا العمـــل الجليل ونحن لا نعلم من أي الفريقين نحن، أمن فريق الجنة إن شـــاء الله أم من فريق السعير، لا قدر الله؟ نستجير بالله من سوء الخاتمة.

يا نائمًا بالليل كـــم ترقـــد قم يا صديقي قد دنا الموعد

[1] المرجع السابق (١٦٩).

وخذ من الليـــل وأوقاتـــه وردًا إذا ما هجـــع الرقـــد
من نام حتى ينقضـــي ليلـــه متى يبلغ المنزل أو يســـعد

قواعد وأساليب عملية للانتفاع بالوقت:

أحسن انتفاع بالوقت والإفادة منه على أكمل وجه يمكن اتباع قواعد وأساليب عملية تباعًا فيما يلي [١]:

القاعدة الأولى: تربية القوة الذاتية:

ذلك أن المراد وأهدافه لا يتحقق إلا بالعمل والتنفيـــذ وبـــذل الجهد والسعي الدائب، ولا يكون ذلك إلا بقـــوة وطاقـــة فهـــي الأساس والأصل وما عداها مبني عليها وتابع لها وفي المثل القديم:
ما حك جلدك مثل ظفرك فتولى أنت جميـــع أمـــرك

فلو كانت قوة الإنسان وبنيته ضعيفة مهزولة أو مريضة معطوبة سيء بقلة عطائها وبضياع وقته بين المعاناة والفتور، بل قد يستهلك قدرًا من أوقات الآخرين، لذا كانت تربية القوى الذاتية أمرًا لا بد منه .

القاعدة الثانية: استخدام الآلة.

للآلات والأدوات أثر كبير في توفير الوقت والجهد والمال مـــع كثرة الإنتاج وجودته، فضلا عما لبعضها من وظيفة الثقافة والتعليم أو التسلية والترفيه مما يجدد فكر الإنسان ونشاطه مثل الكمبيـــوتر وغيره.

(١) عبد الستار نوير «الوقت» (١٢١-١٩١).

القاعدة الثالثة: الاستعانة بالعاملين والأعوان:

الاستعانة بالعمالة في إنجاز الأعمال يجعل وقت الإنجاز لــبعض الأعمال قليلاً مما يعود علينا بتوفير في متطلبات أخـــرى، كـــذلك الأعوان وهم أهل الخير الذين يعاونون المرء بنفسه، فترتفـــع قيمـــة عملهم، ولا شك أن الأعباء تخف بالمشاركة، فالمرء قليل بنفســـه كثير بإخوانه.

القاعدة الرابعة: الاشتغال بأفضل الأعمال:

ينبغي للعاقل أن يؤثر الاشتغال بأفضل الأعمال وأهمها في حقه بحسب وقته وظروفه وأكثرها ملاءمة للمنهج والأهـــداف القريبـــة والبعيدة التي رسمها لنفسه، فإن هذا يعطيه عائدًا أفضل بكثير مما لو أنفق الوقت في عمل دون ذلك.

القاعدة الخامسة: إحسان العمل وإجادته:

لكي يكون العمل أكبر قيمة وأعظم نفعًا ويكون عائد الوقت أوفى وأتم، وينبغي لمن يعمل أن يتناول عمله بعناية واهتمام وبروح الإبداع والإحكام حتى يؤدي على أحسن وجه ممكن وبإتقان.

القاعدة السادسة: تكثيف العمل في الوقت:

ويراد به أن نؤدي أكثر من عمل في وقت واحد، وأن نجمع فيه ما يمكن من الأعمال، فنضرب عصفورين بحجر واحد كما يقـــول المثل بحيث يمضي الوقت مليئًا بالخير مشحونًا بالفضل وصالح العمل في إطار منهجنا وأهدافنا، فيحقق في الساعة مـــا يســـاوي إنجـــاز

ساعات، وفي اليوم ما يكافئ حصيلة أيام.

القاعدة السابعة: القصد في العمل والمداومة عليه:

هذه القاعدة عظيمة الفائدة من الناحية العملية، والإخلال بها ضرر كبير وخسارة فادحة، حيث إن خير وسيلة لغزارة حصاد الساعات ووفرته هي القصد في العمل مع المواظبة عليه، على أن يجعل هذا الشخص محبًا لعمله راغبًا فيه قادرًا عليه متمكنًا من إحسانه والتألق فيه؛ يقول الرسول ﷺ: «**يا أيها الناس خذوا من الأعمال ما تطيقون، فإن الله لا يمل حتى تملوا، وإن أحب الأعمال إلى الله ما دام وإن قلّ**» رواه البخاري ومسلم.

القاعدة الثامنة: العناية بالآثار الباقية:

ويراد بها ما يتركه الإنسان وراءه بعد الرحيل من خير ينتفع به كعلم نافع أو سنة حسنة يقتدى بها، أو مؤسسة تفيد المجتمع، أو ذرية صالحة تقيه، فإن هذه ونحوها تبقى إلى ما شاء الله، ويدوم تبعًا لذلك ثوابها، ولا شك أن هذا المجال من خير ما ينفق العاقل أوقاته إمكاناته فيه، ويلزمه العناية به ما استطاع.

القاعدة التاسعة:

وهي من سنن الله التي قام عليها أمر السموات والأرض،، فكل شيء في الكون يسير وفق نظام دقيق وتقدير حكيم، ويتجه إلى أداء وظيفة معينة وتحقيق حكمة عليا، والنظام مبدأ فسيح المجال يشمل كل أعمالنا الإرادية وكل شيء يخضع في تشكيل أوضاعه لتصرفنا الاختياري، وهو أنواع فمنه النظري كالنظام الكلي من الخطط

والمناهج العامة، والتطبيقي الذي يتناول الأعمال والأشياء الجزئيـــة التي تندرج تحت تلك القواعد من الخطط، ويشمل أيضًا:

١- تنظيم الأشياء العينية والمادية: كأدوات المرء ومتاعه، وفي مقدمة هذا أثاثه ومكتبه وصيدلية منزله ووسائل مهنته وعمله وغير ذلك، وتنظيمها أن يحصرها ثم يرتبها بحيث يضع كـــلا منـــها في المكان المناسب له حتى يسهل الرجوع إليه وقت الحاجة.

٢- تنظيم الأعمال الفرعية: بمعنى حصرها كتابة وترتيبها زمنيًا أي بحسب الوقت الذي ينبغي أداؤها فيه، فإن هذا يســـاعد علـــى تذكرها وعلى أدائها في حينها وزمنها المحسوب.

٣- تنظيم المعلومات الجزئية: وهذا يهـــم أصـــحاب الفكـــر والمعنيين بتثقيف أنفسهم، فكثيرًا ما يصادف القارئ مسائل علمية هامة فيهمل تسجيلها فينفق وقتًا طويلاً في البحث عنها، وعـــلاج مثل هذا التسجيل المنظم في دليل خاص (الفهرس) يسعف الباحث عند الطلب.

القاعدة العاشرة: العناية بالنوم والراحة:

ليس معنى الانتفاع بالزمن والإفادة من لحظات العمر أن يظل المرء في جد ودأب دون ركون إلى الدعة والراحة، فإن هذا أمر لا يطيقه الإنسان، ويصطدم بفطرته التي فطره الله عليها، ويـــؤدي في النهاية إلى الضعف ثم الهلاك، فلا بد إذن أن يعطي الإنسان نفســـه حقها من النوم والراحة والترفيه المناسب حـــتى يســـتعيد نشـــاطه وتتجدد قواه.

القاعدة الحادية عشر: الحذر من آفات الوقت:

لا يتم الانتفاع بالأجل إذا تركت منه أجزاء تذهب هـــدرًا أو قدمتها طعمة لعوامل الشر والفساد، إن الثمرة لا تبلغ كمالهـــا إذا تركت نهبًا للآفات، والبناء لا يبلغ تمامه إذا سلطت عليه عوامـــل الهدم، وأهم هذه الآفات الغفلة والكسل والتسويف ونقض العمـــل "عدم إكمال العمل" وصرف الوقت فيما لا يغني مثـــل اللغـــو في القول والعبث في العمل وصرف الوقت في الشـــرور والآثـــام في المعاصي والجرائم وقبائح الأعمال.

القاعدة الثانية عشرة: محاسبة النفس:

لا بد لإتمام هذا الأمر من مراقبة النفس ومحاسبتها أولاً بـــأول على الأوقات ومدى التزامها بالمنهج والقواعد التي آمن بها واقتنـــع بصلاحها حتى يستوثق من استقامة السير واتساق الخطـــى، وقـــد أرشدنا الرسول ﷺ إلى هذا السير فقال: «**الكيس من دان نفســـه وعمل لما بعد الموت، والعاجز من اتبع نفسه هواها وتمنى علـــى الله**» قال الترمذي: هذا حديث حسن، ومعنى قولـــه: «**مـــن دان نفسه**» يقول حاسب نفسه في الدنيا قبل أن يحاسب يوم القيامـــة. ويروى عن عمر بن الخطاب قال: (حاســـبوا أنفســـكم قبـــل أن تحاسبوا، وتزينوا للعرض الأكبر، وإنما يخف الحساب يوم القيامـــة على من حاسب نفسه في الدنيا) [1].

وفي ختام هذه القواعد أود أن أقول: إن هذه القاعـــدة هـــي

(1) سنن الترمذي (٢٤٥٩).

الوسائل الرئيسية للإفادة من أوقات العمر والانتفاع بها على أكمل وجه وأحسنه، لكن فائدتها وثمرتها لا تظهر إلا بتطبيقها وتنفيـــذها بالفعل، وإلا بقيت أفكارًا نظرية لا واقع لها ولا نتيجة، ولا ننســـى أن البيئة وما تشتمل عليه من مرافق ومؤسسات وما يسودها مـــن أنظمة وعادات لها أثرها في عون الإنسان أو تعوقه؛ فالبيئة الصالحة تدعو إلى الخير وتعين عليه، والبيئة المريضة تحجـــز عـــن الخـــير و تستهلك أوقات الإنسان في غير طائل، وقد تغري بالشر والفجور، وهنا يلزم المرء أن يجاهد ما يصادفه من عقبات، وأن يتغلب عليها، ومهما يكن فإن الأخذ بهذه الوسائل أمر شاق يحتاج إلى صبر جميل ونفس طويل، كما يقتضي الاستعانة بالله و التوكل عليه والتفويض إليه في النتائج والرضا سلفًا بها، ذلك إن سعى الإنسان واجتـــهاده ليس من اللازم أن يحقق المطلوب، إنما يحقق المقسوم الذي قدره الله، على أن الغالب والسائد أن الله تعالى يعطي النجاح لمن ابتغاه وأخذ بأسبابه.

دور الأسرة في استغلال الوقت والانتفاع به [1]:

للوالدين دور في زرع حب اغتنام الوقت في نفوس أبنائهم فلا بد أن يكون فيهما القدوة والمثل الأعلى في تقدير قيمة الوقـــت في الجانبين الديني والدنيوي بحيث يحافظان على الصـــلاة في أوقاتهـــا، ويحثان أولادهما على أدائها وبجانب ذلك ربط الأولاد بالمســـاجد وتعويدهم على الصيام إن كانوا من القادرين، كـــذلك تعلـــيمهم

---

(1) علي جرادان الشبيتي: التربية الإسلامية وقيمة القوت (١٧٨).

القرآن وتخصيص وقت لمدارسته وحفظه.

ومن مهمات الأسرة المسلمة تربية الناشئة على حب القراءة والعلوم ففيها توسيع للمدارك وصقل للذهن، وقضاء على وقت الفراغ خصوصًا في الأجازات الدراسية: أيضًا من الواجبات الملقاة على عاتق الآباء والأمهات تنظيم الوقت للأولاد في النوم واليقظـــة ووقت الأكل والرياضة المباحة المشروعة، وتنظيم الوقت فيما يختص بمشاهدة التلفزيون بحيث تسمح لهم بمشاهدة البرامج التي لا تهـــدم الأخلاق ولا تفسد الدين؛ كالبرامج الدينية والثقافية وبرامج التسلية للأطفال في أوقات محددة ومضبوطة، وتحظر على الناشئة مشـــاهدة التلفزيون في أوقات النوم وأوقات المذاكرة، وتقلل مـــن ســـاعات المشاهدة بشكل عام.

وعلى الأسرة المسلمة أن تحفظ أبناءها من رفقة السوء حيث يقوم الوالدان بمتابعة الأولاد ومعرفة من يخالطون حـــتى يســـلم وقتهم من الهدر والضياع وعلى الأب أن يكون قدوة طيبة لأولاده بحيث يقضي وقت فراغه في المنزل أو بصحبة أسرته لزيارة الأقارب أو للتنزه بعيدًا عن إهدار الوقت، ويمكن للأب وضع تصور لبرنامج يومي يحفظ على الأسرة وقتها، ويربي عليه الأولاد وتسير بموجبه.

دور المدرسة في استغلال الوقت والانتفاع به[1]:

للمدرسة دور عظيم في إتمام ما قامت به الأســـرة في عمليـــة التربية حيث لا يقتصر دورها على تعليم الناشئة العلوم التي تحتويها

(1) المرجع السابق (١٨٨).

المناهج الدراسية بل يتطلب الأمر دورًا فعالاً وناضـــجًا في عمليـــة التربية، يتمثل في تعليم العلم والأخلاق وخدمـــة المجتمـــع، ومـــن الأخلاق الإسلامية الفاضلة المحافظة على الوقت واغتنامه، وتبـــدأ المدرسة بإشعار الطلاب بقيمة الوقت وأهميته منذ حضور الطالـــب إليها في الصباح الباكر، وعلى المدرس أن يكون قـــدوة لتلاميـــذه حضورًا وانتظامًا، وإذا أعطى لهم شيئًا من الواجب وحـــدد لهـــم موعدا لإنجازه فعليه أن يحافظ على ذلك الموعد؛ ليربي في نفوسهم الشعور بقيمة الوقت، كذلك ينبغي للمدرسة أن تربي في التلاميـــذ تنظيم الوقت، وأن لكل وقت عمله من عبادة وعلم ورياضة وراحة ونوم، وتربية الناشئة وزرع القيم الفاضلة في نفوسهم ومنها حـــب اغتنام الوقت، وكلما كبر التلميذ وخاصة في مرحلة المراهقة فيبصر بأهمية الوقت لما يصاحب نموه الجسمي وحاجاته ورغباته الكســـل المفضي إلى إهدار الوقت وضياعه سدى، أيضًا حث الطلاب على المذاكرة وزيارة المكتبات في أوقات فراغهم وحضـــور النـــدوات والمحاضرات، ونصحهم بالابتعاد عن رفقة السوء والخلطة الفاســـدة التي تضر بالطالب في خلقه وإهدار وقته، وينبغي للمدرسة أيضًا أن تنظم زيارات للمؤسسات الاجتماعية بصحبة الأساتذة بالمدرســـة للاطلاع على الخدمات التي تقدم لكـــل فئـــات المجتمـــع مثـــل المستشفيات الجامعات.. وغيرها.

كذلك يجب أن تقوم المدرسة باستغلال وقـــت الطالـــب في ممارسة الأنشطة المختلفة في أوقات الأجازات الرسمية مثل المراكـــز الصيفية وغيرها، كما يجب توثيق الصلة بين البيـــت والمدرســـة في

إنجاح عملية التوجيه والإرشاد.

دور التلفزيون في استغلال الوقت والانتفاع به[1]:

للتلفزيون دور كبير في المحافظة على الوقت أو إهداره، فـإذا كانت برامجه تترقى بذوق المشاهد، والاستعلاء برغباته إلى معـالي الأمور، ورفع همم الشباب وطموحاتهم؛ كان ذلك مجـالا لإفـادة المجتمع وعدم إهدار وقت أفراده، وإن كانت سلبية لا تقدم ذلـك أهدرت الطاقات وسلبت الأوقات وأضاعت الأعمار.

والتلفزيون قادر على تقديم ذلك من خلال برامجه ليحول نشاط الأفراد السلبي إلى أوقات إيجابية، ويستطيع أن يجعل الفرصة مهيـأة أمام المشاهدة في اختيار ما يناسبه من البرامج التي تحقـق رغباتـه، وتتمشى مع ميوله وتوجهاته، في الوقت الذي لا يلحقه فيه ضـرر لأمر دينه ودنياه، وتنويع البرامج مهم جدًا، وتمشيًا مع المناسـبات الدينية والاجتماعية كمواسم الحج ورمضان والأعياد فلا بـد أن تتناسب البرامج مع الحدث، وأن تتمشى مـع طبيعـة المواسـم وعظمتها ومنزلتها في نفوس المسـلمين، كـذا الحـال في أيـام الاختبارات الدراسية ينبغي أن تكون البرامج مركزة على معالجـة الآثار النفسية للاختبارات على الطلاب، ثم تقديم الدروس التعليمية للطلاب في المواد التي يدرسونها، وأن يخصص التلفزيـون سـاعة واحدة على الأقل في اليوم للندوات الثقافية ذات الطـابع الـديني والأدبي والعلمي التي تسهم ببعض الحلول للمشكلات الاجتماعيـة

---

(1) علي جرادان الشبيتي: «التربية الإسلامية وقيمة الوقت» (١٩٢).

البارزة، وبذلك يكون التلفزيون قد قام بدوره التربوي كما ينبغي أن يكون بدون استهلاك للوقت.

ولا يقف الحد عند ذلك بل تشمل مسئوليته أيضًا التوجيه المهني والأخلاقي لأفراد المجتمع وبيان فضل العمل وقيمته في الإسلام، وحث الشباب على الانخراط في المجالات التي يحتاجها المجتمع ويعاني من قصور فيها، بحيث يتم ذلك عن طريق الإخراج الجيد المتميز بالتشويق ولفت الأنظار. كما ينبغي للتلفزيون معالجة بعض الظاهرات والعادات الاجتماعية الخاطئة كسوء استغلال وقت الفراغ وظاهرة السمر ليلاً خارج المنزل، وتجمعات الشباب على لعب الورق، وفي المنتزهات والمقاهي وتسكع الشباب في الأسواق.

ومن الأمور التي يمكن للتلفزيون مراعاتها ترك برامج الدعاية الاستهلاكية؛ لأنها تربي في الناشئة حب الإسراف والتبذير، وأن تعمل المؤسسات الإعلامية في الدول الإسلامية على مواجهة التحديات والأخطار التي يمكن أن تصل إلينا عن طريق "البث المباشر" من أجل المحافظة على أوقات وأخلاق الناشئة الإسلامية، ويتم ذلك عن طريق إعداد قدرة فكرية وخيال واسع قادر على الابتكار ومواجهة التحدي ووضع الخطط الواضحة القصد المحددة الهدف.

وأوصى الباحث بضرورة التعاون بين الأسرة والمدرسة من أجل تربية أفضل وتوجيه أمثل، ثم ناقش الباحث بعد ذلك مسئولية التلفزيون وكيف يعمل على المحافظة على الوقت ورأى لزوم التعاون

بين المربين الإعلاميين حتى يكون العمل الإعلامي ناجحًا يـــؤدي دورًا تربويًا وركز على جانبين لإصلاح العمل التلفزيـــوني وهمـــا: انتقاء البرامج الجيدة المتمشية مع العقيدة الإســـلامية، ثم تخفـــيض ساعات البث وتوخي الساعات التي يغلب على الناس الفراغ فيها، ثم ضرورة قطع البرامج في أوقات الصلوات المكتوبة، حتى يـــتمكن المسلم من أدائها دون تأخير، واختيار البرامج التي تتمشـــى مـــع أوقات المناسبات الدينية والاجتماعية.

ويرجو الباحث أن يكون هذا الجهد نافعًا للمؤسسات التربوية ذات العلاقة بتربية الناشئة وأن تكون تصوراته خطوات على طريق الإصلاح التربوي، ودعوة الشباب لاغتنام الوقت وعدم التفـــريط فيه، وضرورة صرفه فيما يعود على الأمة الإسلامية بكل خير مـــن أجل بناء حضاري عظيم نحن في أمس الحاجة إليه اليوم [١].

(١) نفس المرجع السابق (١٩٧).

المراجع

١- أبو غدة، عبد الفتاح: قيمة الزمن عند العلمـــاء ط٤ دار البشائر بيروت ١٤٠٧ هـــ.

٢- الأحدب، خلدون: سوانح وتأملات في قيمة الزمن ط٤، الدار الشامية بيروت ١٤١٤ هـــ.

٣- أحمد، عبد المجيد سيد: توجيه وإرشاد الشباب المسلم نحو قضاء وقت الفراغ العدد (١٠٧) دعوة الحـــق، رابطـــة العـــالم الإسلامي، مكة المكرمة، السنة العاشرة (١٤١٤ هـــ).

٤- حسين، كوثر: الإدارة المنزلية، ط٢ عالم الكتب القـــاهرة (١٩٧٠ م).

٥- سلامة، سيهل فهد: إدارة الوقت منهج متطور للنجـــاح، المنظمة العربية للعلوم الإدارية عمان (١٩٨٨ م).

٦- عبد العال، شعبان جبريل: الوقت أغلى من كنوز الأرض، ط١ دار ابن خزيمة الرياض (١٤١٨ هـــ).

٧- القرضاوي، يوسف: الوقت في حيـــاة المســـلم (ط١ دار الأندلس) جدة (١٤١٨ هـــ).

٨- القرني، عوض محمد: حتى لا تكون كلا طريقك للنجاح والتفوق ط١ دار الأندلس جدة ١٤١٨ هـــ.

٩- المطوع، جاسم محمد: الوقت عمار أو دمار (١ ط١) دار الأندلس – جدة- ١٤١٨ هـــ.

١٠- ميقا، أبو بكر إسماعيل: معالجة الإسلام لوقت الفـــراغ، ط٢، مكتبة التوبة الرياض ١٤١٤ هـــ.

١١- الغزالي، محمد: جدد حياتك، ط٢ دار القلـــم، دمشـــق ١٤٠٥ هـــ.

١٢- نوير، عبد الستار: الوقت هو الحياة، ط٢ دار الثقافـــة، الدوحة قطر ١٤٠٨ هـــ.

١٣- الثبيتي، علي جرادان: التربية الإسلامية وتقـــدير قيمـــة الوقت، كلية التربية، جامعة أم القرى، رســـالة ماجســـتير غـــير منشورة.

الفهرس